Karim Al Shazley

أجيال
AJIAL

إلى حبيبي

كيف تسيطر على حياتك العاطفية وتكسب شريك عمرك

كريم الشاذلي

حقوق الطبع محفوظة للناشر:
اسم الكتاب: إلى حبيبين
المؤلـــــف: كريم الشاذلي
الطبعة الأولى: 1427هـ - 2006م
تصميم الغلاف: 8gates group
رؤية م: عبدالرحمن مجدي
مقاس الكتاب: 14.5 × 21
إخراج داخلي: مركز السلام للتجهيز الفني
الناشـــــر : دار أجيال للنشر والتوزيع
رقم الإيداع: 2005/22785
الموزع بجمهورية مصر العربية:دار ألفا للنشر والانتاج الفني

أجيال
AJIAL
كورنيش المعادي – أبراج المهندسين
برج 4 الدور 27 ت/ 20102189627+

إلى حبيبين
To Lovers

مركز المرأة للدراسات والاستشارات
ت : ٢٤٤٦٠٢٢
ت.ف: ٢٤٤٦٠٣٣
ترخيص رقم : (٧١)

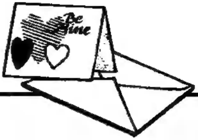
٢٥٤,١
ش ل م

إلى حبيبين

كيف تسيطر على حياتك العاطفية
وتسعد شريك عمرك

تأليف

كريم الشاذلي



ما الناس إلا بالقلوب فإن يمت

خفقانها فالناس كالأخشاب

إهـداء..

لا تنظرنَّ إلى زهيدِ هديةٍ

بل فانظرنَّ لقلبِ من أهداها

إلى من هو أحب إلى نفسي من نفسي محمد ﷺ.

وأثني بمن أضاءت فجر الحب في وجداني زوجتي الحبيبة أم مهند.

وأختم بمن تعلمتُ في مدرستها أبجدية الوفاء ومناهج التضحية أمي الغالية.

إليكم أهدي بعض فضلكم عليَّ.

* * * *

شكر وثناء

لكل من كان لهم فضل عليّ.. وما أكثرهم

إلى أساتذتي الذين تعلمت منهم كيف يصبح الدين دنيا، ولا تكون الدنيا دينًا.

وعلى رأسهم فضيلة الدكتور/ **زغلول النجار**..حفظه الله

إلى أصدقائي الذين ما فتروا يدفعونني إلى الأمام بنصائحهم وصفاء سريرتهم، فهم صناع الأمل ووقود الحياة

إلى ريشة الفنان: **عبد الرحمن مجدي**..

وقلب الأخ: **عبيد سليمان**..

وطموح الصديق: **فيصل الدرمكي**

وبصيرة الأستاذة: **حصة جاسم**

كذلك الشكر موصول وبإخلاص إلى أعدائي!!

الذين جعلوني لا أرضى بالهزيمة أو الخنوع لقسوة شماتتهم، وأجبروني على أن أتحسس موضع قدمي قبل الخطو اتقاء الذلل.

وأخيرا أشكر قلمي الذي أتعبته معي بترددي حيناً وتقدمي أحياناً.

لا يشكر الله

من لا يشكر الناس

ولله الشكر من قبل ومن بعد

***

بوصلة الكتاب

الصفحة	الموضوع
5	إهداء
6	شكر
13	المقدمة
14	هذا الكتاب
	الفصل الأول (أدم وحواء)
17	* الحب أفعال لا نبضات
22	* الزواج والمثالية
26	* الحب غير المشروط
29	* هذا هو الرجل (تعرفي على طبيعة حبيبك)
32	* هذه هي المرأة (تعرف على حبيبتك)
36	* طبيعة التعامل مع الضغوط
38	* لماذا يصمت الرجال
41	* كيف أخبر زوجي بعيب فيه بدون أن أجرحه؟
43	* من آداب النقد
44	* حديث النساء
49	* كيف تتحدث المرأة
	الفصل الثاني (لغة التواصل)
54	فن التحفيز (كيف تشجع زوجتك وتحفزها)
56	* كيف تشجعين زوجك وتحفزيه

الصفحة	الموضوع
56	* ادفعي زوجك للأمام
58	* اجعل الطرف الآخر يشعر بأهميته
60	* ما الذي تحتاجه الزوجة من زوجها
63	* حاجات الأزواج والزوجات في الغرب
65	* بين هدوء الحوار وتشنجات الجدال
67	* مهلكات الحوار
70	* قليل من الحوار = كثيرًا من السعادة
72	* كيف يكون حوارنا إيجابيا
75	* كيف تحصلين من زوجك على ما تريدين؟
78	* أهمية المديح بين الزوجين
81	* اروِ ظمأ قلبها
83	* 25 طريقة تعبر بها عن حبك لزوجتك
87	* 20 طريقة تكسبين بها قلب زوجك
	الفصل الثالث: (إبحار ضد التيار (المشكلات الزوجية)
92	* الخلافات الزوجية وأسبابها
94	* كيف تتكون المشكلة
97	* الملفات المفتوحة

نعين كي
تدخل مدينة
المحبين

*الخطوات الذكية في حل المشكلات الزوجية 98
* تعلما الكذب الحلال! 104
* الإبحار مع المشكلة (دعوة للتأمل) 106
* فوائد المشكلات الزوجية! 110
* أعظم زوج في العالم 112
* درس في تفهم المحب لحبيبه 112
* صبر الحبيب على من يحب 115
* نبي يعتذر لزوجته 117
* مشكلة زوجية في بيت النبوة 118
* مملكة المحبين 122
* زوجي الحبيب.. فضلا ابتسم 124
* همسات القوافي 128

الفصل الرابع: خواطر أسرية

مشكلة الغنى! 134
لنرفع شعار البساطة في حياتنا 137
لنوقف رغباتنا قبل أن تتوقف بنا الحياة 139
لا ترحلي 143
وفاء زوجة.. بل اختارك والله عليها 146
ميزانية المنزل كيف تنظمينا؟ 148
الوصايا البليغة 151
كيف ندعم بيوتنا إيمانيا؟ 156

الصفحة	الموضوع
160	كن لينا تكن محبوبًا
163	المنهج الرباني للزواج السعيد
164	هذا دستورنا
167	حالة طوارئ أسرية
171	الزواج (رؤية وهدف ومبدأ)
178	دليل البيوت المؤمنة
180	البيوت أسرار
182	غدا عيد الحب
185	ملحق خاص جدا (العلاقة الجنسية بين الزوجين)
186	أنات المحبين
187	اعترافات وسادة
188	ما هو موقفنا من الجنس؟
191	خطوة خطوة نحو وعي جنسي أعمق
191	الرجل والمرأة ونظرتهما للجنس
193	العلاقة الجنسية ليست دقائق الفراش فقط!
194	من يبادر ويفتح الباب؟
195	خاص للزوجة (ثقي بجسدك وجمالك)

اللهم علمنا ما
ينفعنا وانفعنا بما علمتنا
وزدنا علما

الموضوع	الصفحة
خاص للزوج (لا تهمل هذه الدقائق)........................	169
عقود الياسمين:	197
العقد الأول: لا تنس ذكر الله	197
العقد الثاني: تصارحا...........................	197
العقد الثالث: الاحترام والتفهم المتبادل	198
العقد الرابع: أعطها حقها	198
العقد الخامس: وشوشات المحبين	199
العقد السادس: ليكن لقاء كل يوم كأول لقاء	200
العقد السابع: كن مبدعًا............................	200
لاءات في غرفة النوم............................	202
لافتات زوجية (خير الكلام ما قل ودل)	204
بوح السطور	211
الخاتمة.....................................	215
المراجع....................................	217

***

لولا الحب ما التف
الغصن على الغصن
وما عطف الظبي على الظبية
ولا كانت الحياة

المقدمة

الحمد لله حمد الشاكرين، والصلاة والسلام على أكرم المرسلين، وأستفتح بخير الكلام، كلام رب العالمين..

﴿فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً وَأَمَّا مَا يَنفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الأَرْضِ﴾ [الرعد:17]

وبعد..

الحب.. ما أروعها من كلمة، وما أقدسه من معنى، وما أضخمها من مسئولية..

الحب تلك الكلمة التي تقال وفي فحواها آلاف المعاني التي لا تقال..

الحب كما وصفه مريدوه.. إخلاص وصفاء ونقاء، الحب رسالة وعهد ومبدأ، الحب ماء الحياة بل هو وربي سر الحياة، الحب لذة الروح، بل روح الوجود.. بالحب تصفو الحياة وتشرق النفس، ويرقص القلب، بالحب تغفر الزلات وتقال العثرات.. ولولا الحب ما التف الغصن على الغصن، وما عطف الظبي على الظبية، وما بكى الغمام لجذب الأرض، ولا ضحكت الأرض

لزهر الربيع، ولا كانت الحياة.

وصدق رسول الله ﷺ حينما قال: «**لم يُر للمتحابين مثل النكاح**»[1].

غير أن البعض ممن يلبسون ثياب الحب خرج عن النص، وألصق به ما ليس فيه، وصوره على أنه لذة وقتية، وصار يدندن حوله بمعانٍ هو منها براء..

لكن مقدار الحب أرفع من أن يناله المدعون، وأرقى من أن يدنسه العابثون، ولن يفقد معناه النبيل لمجرد أن جيوش الفساد قد زجت به في مقرراتهم من أفلام وأغانٍ وأخبار تتناقلها الصحف..

ولم تزل كلمة الحب هي السحابة التي يرتاح في ظلها كل قلبين تعارفا في الله وعلى شرع الله وأدى حقوق الله..

وهذا الكتاب..

ليس كتابًا علميًا.. وإن كان يعتمد على أحدث النظريات العلمية في مجال العلاقات الأسرية، وآراء كبار المختصين.

وليس كتاباً فقهيًا.. وإن كان ينطلق من مرتكزاتنا الإسلامية، وقواعد ديننا الجميل.

هنيئـًا لمن عرف الحب.. وتعازينا لمن ضل الطريق

(1) رواه مسلم.

وليس كتاباً اجتماعيًّا... وإن كان يلقي الضوء على البناء الأسري ومشكلاته.

إنه كتاب تأملات، تقرؤه الزوجة، أو الزوج أو كلاهما معاً، ليتسع أفقهما، ويتعلما فن الحب والجمال.. حاولت أن أجعله خفيفا ممتعاً، حتى لا تمل قراءته..

غذيته بالحكمة، والشعر، والآية، والحديث، كي يكون كالواحة المشرقة أينما اتجهت فيها وجدت فائدة، واستمتعت بنور.

نقرؤه لنتعلم كيف نتفهم نفسية الطرف الآخر.. ونتدرب على مواجهة ضغوط الحياة والتوتر..

فيه مهارات التشجيع وأسس التحفيز..

كما نتعرف من خلاله على الفرق بين الحوار الهادئ، والجدل العقيم.

ولوشوشات المحبين في غرفة النوم صدى، هنا نسمعه.. وآهات معا نعالجها.

وخاتمته مسك حيث يدلنا على الإيمان وأثره في تقوية الرباط الزوجي..

- وأحب أن أوضح شيئا قبل أن تنطلق رحلتنا، وهو أن تلك الدراسة تعتمد على حقائق علمية تتوافق مع رؤيتنا

الإسلامية لقداسة تلك العلاقة ونبلها.

وقد تختلف أو تتفق مع بعض فقرات الكتاب وهذه ظاهرة صحية، وأكثر القراء استفادة واستنباطاً هو القارئ المشاكس الذي لا يقبل المعلومة قبل أن يدرسها جيداً ويستلهم من واقعه وخبراته ما يؤيدها.

نقطة أخرى وهي أن ما في الكتاب من مهارات وتمارين لا بد فيها من الصدق العاطفي، فالتمثيل بين الزوجين يكشف سريعاً، ويكون له آثار سلبية فيما بعد ، ولله در الشاعر إذ يقول :

لعمرُكَ ما ود اللسانِ بنافعٍ * إذا لم يكنْ أصلُ المودة في الصدر

فلا بد للزوج أو الزوجة قبل أن يقوما بتطبيق أي معلومة أن يحتسبا النية في ذلك، ويتذكرا قول الرسول ﷺ: «وفي بضع أحدكم صدقة» «.. حتى اللقمة يضعها الرجل في فم زوجته له بها حسنة».

.. أتمنى أن تكون رحلتنا بين دفتي الكتاب ممتعة.. ويحدوني الأمل في ذلك فاقتناؤك لهذا الكتاب دليل على رغبتك في إسعاد شريك حياتك ومن ثم المتعة والسعادة.. ولنبدأ على بركة الله..

كريم الشاذلي:
الشارقة في 2005
karim1924@hotmail.com

قال نبي الرحمة:
حتى اللقمة يضعها الرجل
في فم زوجته
له بها حسنة

الفصل الأول

آدم وحواء

الحب أفعال لا نبضات

- قال لي بعد عناء يوم من العمل المتواصل:

ـ يا إلهي لكم أشتاق إلى زوجتي الآن.

فابتسمت قائلاً: لم يبق إلا ساعة واحدة وتعود إليها، أسأل الله أن يديم الحب بينكما.

ثم ابتدرته قائلاً: أراك ومنذ بداية زواجك والذي مر عليه 5 سنوات كاملة، لا تزال مشاعر الحب لديك متوهجة لم تتغير أو تهدأ فهلا أخبرتني بسبب ذلك الحب المشتعل؟ وللعلم أنا أدعو لكما دائماً فلا تظنني أحسدكما -معاذ الله-، ولكن بي شوق لمعرفة سر الحب الدائم لعلني أتعلم منه.

ابتسم صديقي في ود ثم رنا بعينية بعيداً كأنه يتعدى حدود الزمان ثم قال: إن قصتي أخي العزيز قد لا تختلف عن الكثير من قصص الحب، ولكن لها عندي مذاق مختلف، فلقد تزوجت زواجاً تقليديًا، أمي اختارت لي العروس فنظرت إليها النظرة الشرعية ثم استخرت الله، ورزقت الطمأنينة فأكملت المسير، ولم تمر أسابيع

قليلة إلا وكان يجمعنا سقف بيت واحد، وعندها بدأت لدي المشكلة...

ثم صمت برهة وكأنه يريد أن يطمئن أن حواسي كلها تتابع ألفاظه ثم قال: بصراحة لم أشعر مع زوجتي أبدا بذلك الحب الذي كنت أسمع عنه وأتمنى أن أعيشه، لم أجد الرومانسية التي كنت أرجوها من تسارع في دقات القلب، والتلعثم في الحديث واحمرار الوجه، وحدثتني نفسي أني ربما أكون قد تعجلت في أمر زواجي، أو أني ربما أكون قد أخطأت في الاختيار، ولكن شيء بداخلي كان يأمرني بالاستمرار لعله نداء العقل الذي كان يؤكد لي أنه ما ندم من استخار وما خاب من استشار، وما دمت قد أخذت بالأسباب فعلى الله أكمل ما بدأت.

وفي غمرة توتري وحيرتي توضأت ثم صليت لله ركعتين طالباً منه أن يكشف عني هذا اللبس ويرحمني من نار حيرتي واضطرابي، ثم قصدت مكاناً هادئاً لا يقاطعني فيه أحد وأمسكت ورقة وقلم، وبدأت في تدوين عدة أسئلة ثم أجبت عنها بكل صراحة وكانت هذه الأسئلة كالتالي:

تكمن السعادة في بيتك، فلا تبحث عنها في حديقة الغرباء

ما هي الصفات التي كنت أبحث عنها سابقاً في شريكة حياتي؟ فكتبت عشر صفات أساسية كنت أتمناها، ثم سألت نفسي السؤال الثاني وهو: كم من الصفات العشر موجودة في زوجتي

الحالية، ووالله يا أخي كانت مفاجأة لي أن وجدت ثماني صفات من العشر موجودة، فشعرت كأني كنت في ظلام، وأشعل أحدهم لي مصباح وتملكني شعور عجيب هو مزيج من السعادة على هذه المعلومة والسخط على كوني لا أستشعر تلك النعمة التي من الله بها علي، فوبخت نفسي قائلا: ماذا أريد من زوجتي أن تكون؟ كاملة الصفات!؟ إن هذا سيكون في الجنة إن شاء الله، هل أريد التمرد فأخسر سعادتي وأعذب المرأة التي لا ذنب لها إلا أنها اختارتني رفيق دربها..

وعندما انتهيت من تلك المحادثة الذاتية الصادقة والتي استمرت ما يقرب من الساعتين، أقمت فيها محكمة بيني وبين نفسي، وكشف الله لي فيها جوانب كانت غامضة عني، عدت إلى زوجتي وأنا مشتاق إليها شوقًا لم أشعر به من قبل.

فقلت له باهتمام: وما هو موقفك من زوجتك بعد هذه الجلسة؟

فقال لي مبتسماً: لقد استخدمت مع زوجتي مبدأ هو في رأيي أساس السعادة الزوجية، لقد قرأت في أحد الكتب الغربية أن رجلاً أتى طبيبًا نفسيًّا شاكيا إليه أنه لم يعد يحب زوجته كما كان، وأن الحب بينهما أصابه سرطان جعله يذبل، حتى أصبح في مرحلة متأخرة يلفظ فيها أنفاسه، فقال له الطبيب بهدوء: حسناً علاجك بسيط، فقال له الزوج بلهفة: وما هو يا سيدي؟

فقال له الطبيب: أحبب زوجتك؟، فنظر له الزوج بدهشة صارخاً: جئت لك شاكيا غياب الحب بيننا فإذا بك تقول لي أحبها، لماذا كان مجيئي إليك إذن يا سيدي، فقال له الطبيب: إذن أحبب زوجتك!!

فقال له الرجل وقد بدأ صبره ينفد: أخبرني بما تقصد أو فلتعطني قيمة الكشف الذي دفعته بالخارج.

فقال له الطبيب مبتسماً: قل لي يا سيدي هل كنت تحب زوجتك من قبل؟ فقال له الزوج: بل كنت أعشقها. فقال له: وماذا كنت تفعل كي تثبت لها حبك؟ فقال له الزوج: كنت أحضر لها هدية أو أتناول العشاء معها في مكان هادئ أو على الشاطئ.

فقال له الطبيب: حسناً، كل ما أريده منك أن تفعل هذه الأشياء مرة أخرى ولمدة شهر بصفة مستمرة وبنفس الحرارة، وذهب الزوج ملبياً، ثم عاد إليه بعد شهر شاكراً ومبشراً بأن الحب قد عاد إليه مرة أخرى.

لقد كان هذا المعنى هو محركي نحو علاقة زوجية فعالة، لقد أشعل جزوة الحب لا في قلب زوجتي فقط بل في قلبي أنا أيضًا فقلت له ضاحكًا: هل تريد أن تقول لي إن الحب ممارسة لا كما نراه في الأفلام والروايات الرومانسية من بسمة فموعد فلقاء.

الزوج كالمصور يريد من زوجته أن تبتسم دائما

فقال لي باهتمام: إن الحقيقة الكبرى التي اكتشفتها، والتي جعلتني سعيداً طوال حياتي الزوجية أن الحب ممارسة وصفح وتفهم، ولا يخضع لقاعدة أعطني أعطك، أو واحدة بواحدة، لا فهو عطاء بلا حدود وتضحية لا متناهية و.....

أراك غدًا فلقد اشتقت لزوجتي وحوريتي.. سلام.

* * *

الزواج والمثالية

.. الحب وحده لا يستطيع صنع حياة زوجية سعيدة، فعلاقة الحب يكون القلب هو محركها ورائدها..

أما الزواج فيديره العقل والمنطق ومتطلبات المعيشة ، وما بين القلب والعقل عداء وتنافر في بعض الأحيان ..

إن الحب . مع إيماننا بأنه هو أساس السعادة الزوجية . إن لم يدعمه خلق الرحمة والإيثار والعطف المتبادل لا يكون حبا مثاليا قادرا على إسعاد كلا الزوجين..

الحب هو أسمى شعور يشعر به إنسان نحو إنسان آخر

وفي حياتنا الزوجية يعتبر الحب هو المحرك الأول لتصرفاتنا وسلوكياتنا الإيجابية.

لقد قلت الأول أليس كذلك؟

نعم هو المحرك الأول لكنه ليس المحرك الوحيد!

يقول الله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ [الروم 21].

والمتأمل هنا يرى أن رب العزة جل وعلا جعل للزواج محورين هامين (المودة) و(الرحمة). يقول ابن عباس في تفسير هذه الآية: المودة حب الرجل امرأته، والرحمة رحمته إياها أن يصيبها بسوء[1]، (وليست الرحمة لونا من الشفقة العارضة، وإنما هي نبع للرقة الدائمة ودماثة الأخلاق وشرف السيرة)[2].

إننا ومع إيماننا الكامل بأن الحب هو كلمة السر في حياتنا الزوجية، فإننا يجب أن ننتبه إلى حقيقة هامة وهي أن الحب علاقة **قلبية يتحكم فيها القلب.. والزواج علاقة عقلية يديرها العقل.. وبين القلب والعقل ــ في بعض الأحيان ــ عداء وتنافر.**

الحب عاطفة حسية روحية يحلق فيها المحبون فوق سحاب مع

---

(1) الجامع لأحكام القرآن للقرطبي.

(2) قضايا المرأة بين التقاليد الراكدة والوافدة – محمد الغزالي.

أحلام وردية جميلة، أما الزواج فعقد مادي بموجبه يصبح كل طرف له حقوق وعليه واجبات يجب الوفاء بها.

وإخلال أي طرف بهذه الواجبات يزعزع الحياة الزوجية، وقد يزعزع من مفهوم الحب ذاته، فتقول الزوجة لو كان يحبني لفعل كذا، ويقول الزوج لو كانت تحبني لما فعلت كذا، ورمانة الميزان للحياة الزوجية تكمن في الرصيد الأخلاقي الذي يمتلكه الزوجين من رحمة وإيثار، وعطف وعطاء، فنرى هذه الصفات تغذي الحب وتساعده وتقف معه في مواجهة تحديات الحياة.

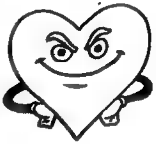
أيضا فإن الحب قد يشيخ ويذبل مع الأيام، فيأتي المحور الثاني (الرحمة) فيدفع عجلة الحياة الزوجية كي تستمر في الدوران، ولقد أصل هذا المعنى أمير المؤمنين عمر بن الخطاب ﷺ عندما جاءه رجل يريد أن يطلق زوجته، فسأله ﷺ عن السبب فقال له الرجل: لأني لم أعد أحبها، فقال له أمير المؤمنين: ويحك ألم تبن البيوت إلا على الحب فأين الرعاية وأين التذمم.

إن الزواج ليس بالمثالية التي تصورها لنا الأفلام، ويتغنى بها المطربون والمطربات، إن الزواج كالصرح ، لبناته تتكون مع الأحداث اليومية وكل يوم يمر عليه يزيد من قوته وشموخه، ولا بد أن ننظر لحياتنا الزوجية نظرة شمولية كاملة، فيها إيجابيات وسلبيات، دموع وابتسامات، إنها كفاح ضد الصعاب وإبحار بين أمواج متلاطمة،

يأبى الجمال
بأن يقاس
وأنت مقياس الجمال

والزواج لا يكون قويا إلا إذا استطاع أن يثبت جدارته في الإبحار بين تلك الأمواج، وهذا لن يكون سوى بمجدافي الحب والرحمة. يقول تعالى :

﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِن كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾.



اشراقة: يقول المتنبي:

وإن قليل الحب بالعقل صالح

وإن كثير الحب بالجهل فاسد

* * *

كثير من الزوجات يشتكين من أن أزواجهم لا يسمعوهن كلمة الحب إلا إذا أرادوا شيئاً، ويهملونهن وقت الاستغناء أو عدم الرغبة فيهن، وهذا قارئي العزيز من أكثر الأشياء التي تزعزع مفهوم الحب لدى العديد من الأزواج والزوجات، **فالحب المشروط هو تبادل منافع أكثر منه حب، والحب الحقيقي عطاء بلا حدود وليس صفقة فيها طرف كاسب وآخر خاسر.**

وعندما يكون العطاء مرهونًا بالثمن فإنك تنزع عن الحب أسمى صفاته وهي صفة الإيثار العاطفي، والأحرى أن يكون الزوج محبًا في الضراء كما أنه محب في السراء.

- بعد أن أنجب عماد ومريم طفلتهما الأولى صار عماد يتغيب عن المنزل مرارًا، حيث إن صراخ الطفلة كثيرًا ما يزعجه ويحرمه من الراحة بعد عناء يوم طويل.

عماد لا يشعر في قرارة نفسه بأنه مقصر في حق مريم فهو يبادلها مشاعر الحب والحنان، ولا يقصر معها ماديًا أو عاطفيًا، وفي أحد الأيام وإذ بمريم تبكي بشدة وبدون سبب ظاهر..

عماد : ماذا بك يا مريم، خير إن شاء الله؟

لا يحمل الحقد من
تعلو به الرتبُ..
ولا ينال العلا
من طبعه الغضبُ

مريم في حزن: إنني أعاني وحدي، ولا أجدك بجانبي.

عماد مندهشاً: ولكني معك بالفعل كيف تقولين أنك وحدك؟

مريم وهي تنتحب: لا أنت لست معي، قد تكون متواجدًا بجسدك، ولكن أين مشاعرك؟ أين دعمك لي في تلك الظروف الصعبة . أريدك بجانبي، تضع يدك على كتفي، تشاركني ما أنا فيه من عناء، لا أريد منك إلا أن تكون بجانبي.

أريد أن أتقوى بعطفك ، وأتجلد بحبك ، أنت زادي فلماذا ضننت علي بالزاد ؟!

* هنا أدرك عماد كم كان أنانيا بدون أن يشعر، وكيف أنه تركها في ذلك الظرف الطارئ، فكان صراخ الطفلة والتغيرات التي حدثت في البيت مع الظروف الصحية لمريم بعد الولادة أوضاعًا غير ملائمة له، فانسحب تاركاً مريم فريسة للوحدة والألم، وأدرك عماد كيف أنه كان محبًا عطوفًا مشاركًا زوجته في الأيام الخوالي، منسحباً أنانيًا -بدون أن يشعر- أيام الشدة أو في الوقت الذي كانت تحتاج إليه مريم بشدة.

ولعلك تقول لي أخي الكريم إن طبيعة المرأة ومهمتها الأساسية هي الأمومة وتربية الأطفال، ويكفيني تعب اليوم وغبار العمل كي أكون مستحقًا لبعض الراحة، إلا أنني أود أن أنبه أن البيوت التي تقوم على العدل هي بيوت لا تعرف طعم السعادة، إذا لم يؤثر الزوج سعادة زوجته على سعادته، وكذلك الزوجة تؤثر

سعادة زوجها على سعادتها، ويتنازل كل طرف عن بعض حقوقه للطرف الآخر عن حب فلن نصل إلى السعادة التي نطمح إليها، إن معنى الإيثار العاطفي إذا تمكن من قلب الزوجين هانت مصاعب الحياة وصار الحب وقتها راسخًا لا تؤثر فيه عواصف الأيام ولا يزعزعه أي شيء كان.

إن النوايا الحسنة لا تكفي وحدها في خلق السعادة، أن تقول لشريكك أنا أحبك لا تكفي -مع ما للكلمة من أثر سحري- بل لا بد من فعل إيجابي يشعر الطرف الآخر بصدق الادعاء والإخلاص في الشعور.

يقول الدكتور «هارلي» المتخصص في العلاقات الزوجية: «على كلّ من الزوجين أن يفهم لماذا لا تجدي النوايا الحسنة فقط - سواء لديه أو لدى الطرف الآخر- في منع حدوث الشقاق الزوجي.. إنّنا معتادون أن نسأل أنفسنا عمَّ إذا كان الزواج قد نجح في تلبية حاجاتنا أم لا؟ والصحيح هو أن يبدأ المرء في السؤال المعاكس وهو: إلى أيّ حد أنجح في تلبية حاجات الشريك؟! لأنَّ في مثل هذا السؤال يكمن المدخل الحقيقي للوصول إلى زواج متعادل متكافئ يحصل كلّ من طرفيه على حقّه العاطفي والبيولوجي والنفسي».

* * *

كلما ازداد حبنا
تضاعف خوفنا من
الإساءة إلى من نحب

من أكبر الأخطاء التي تقع فيها الزوجة أنها تتحدث مع زوجها بطريقة يرفضها الرجل داخليًا ويراها انتقاصًا من حقه، فالرجل يمتلك مفاهيم خاصة عن الذات والرجولة، فهو يجد رجولته في الاكتفاء والاستقلال والقيادة وتحقيق النتائج، فالله سبحانه وتعالى زرع فيه صفة القوامة حتى يكون قائد السفينة وربانها؛ ولذلك يميل الرجل دائماً للقوة والكفاءة والفاعلية والإنجاز، وينفر من أي سلوك لا يحترم فيه هذه الصفات .

وعندما تجهل أو تتجاهل الزوجة تلك الطبيعة وتتعامل مع زوجها بإسلوب لا تراعي فيه تلك الصفات كأن تُملي عليه مثلا ما يجب أن يفعله أو تقول له: ما كان يجب أن تفعل ذلك الشيء، أو أراك لم تحسن التصرف هنا، يشعر الرجل بأن زوجته لا تثق به أو بقدرته على قيادة حياتهما، إن هذه المفاهيم إذا أدركت الزوجة كيف تتعامل معها بأن تحاول إشعار الزوج دائماً بثقتها فيه وعلى قدرته في إدارة الأمور ومواجهة مصاعب الحياة، فستسعد زوجها وتدفعه إلى احترامها وحبها، ولعل الزوجة لا تدرك أن الزوج يعيش أسير سحر الزوجة التي يشعر معها برجولته، والتي تداعب فيه كوامن القيادة والسيطرة.

ولا يُفهم من كلامي أني أطالب الزوجة بأن تلعب دوراً سلبيًا

في الحياة الزوجة أو لا تسدي النصح لزوجها وتناقشه.. كلا فأساس البيت السعيد هو الحوار والاحترام المتبادل بين الزوجين، ولكن ما أريد تسجيله هنا أن طبيعة الرجل وفطرته التي جبله الله عليها تميل إلى القيادة والسيطرة، وعلى الزوجة الذكية أن تدرك ذلك، وتحاول تجنب الألفاظ التي تعطيه رسائل سلبية بأنها لا تحترم تلك الصفات فيه، بل عليها أن تغلف نصيحتها بغلاف يحفظ للرجل قوامته، وتستخدم عبارات **التحفيز لا التوجيه**.

فمثلا تقول لزوجها:

أنا واثقة أنك تمتلك الأفضل..

بدلا من : هذا ليس بجيد.

أرهقت نفسك في العمل أعانك الله، أعط لنفسك بعض الراحة..

بدلا من دائما عمل عمل عمل التفت لي قليلا.

ومن الكلمات السلبية والتي تؤلم الزوج كذلك:

*** كان يجب أن تفعل كذا.. أو كيف تركته يقول لك ذلك.**

* لا بد وأن تغير من تلك الطريقة أو اهتم بهندامك فهو غير مرتب.

ومن أقسى العبارات وأشدها إيلاماً قولها:

هذا الأسلوب الذي تتعامل به فاشل

الزوج أسير سحر الزوجة التي تشعره برجولته

.. إن نعت الزوجة زوجها بأنه فاشل ولو حتى بالمزاح إهانة لا ينساها الزوج بسهولة.

وأخيراً عزيزتي الزوجة لك أن تعلمي:

أن أسهل طريقة لخلق مشكلة مع زوجك هي أن توجهي له انتقاداً لاذعًا، فهذا يعني ببساطة أنك تخبريه بعدم ثقتك فيه، وأنه غير كفء لاتخاذ القرارات وتحديد مصيركما.

* * *

بعد أن تعرفنا سويا على طبيعة الرجل التي تعتمد على القوامة، نتعرف معاً على طبيعة ذالك المخلوق الرقيق، وكلما حاولت أن أُبدع في اختيار كلمة لطيفة لأعرف بها المرأة أجدني واقفاً أمام تلك اللفظة البليغة لرسول الهدى ﷺ، حينما أطلق على النساء كلمة (قوارير) يا الله، إننا مهما كنا غلاظ أشداء أو نمتلك القوة والصرامة فإننا عندما نتعامل مع قارورة نكون مجبرين أن نحنو ونرقق من طبعنا حتى لا تُكسر فنخسرها..

إن النساء قارئي العزيز يقدرن الحب والجمال والبوح بالمشاعر، والمرأة رومانسية بطبعها، وتبحث دائماً عن أذن صاغية تسمعها ، وقلب يتفهمها ويحتوي مشاعرها ، ويد حانية تربت عليها وتدللها.

المرأة أيها الزوج تحتاج إلى من يتفهمها قبل حاجتها لمن يُفهمها..

المرأة تحتاج دائماً إلى من يسمعها قبل حاجتها لمن يوجهها..

المرأة تريد من تشعر في حضنه بالأمان، لا من يمارس معها دور الموجه والمرشد..

المرأة تحتاج إلى من يتفهما قبل حاجتها لمن يُفهما

يجب أن تدرك عزيزي الزوج هذا جيدا، وتدرك أيضًا أن زوجتك تختلف عنك في الطباع

والسلوك كما أنها تختلف في طريقة الحديث ورؤيتها للأشياء..

المرأة تحكي وتبني علاقات اجتماعية.. تريد من زوجها أن يستمع إليها وهي (تفضفض) وتخرج ما بقلبها، تنتظر منه الدعم النفسي والمشاركة الوجدانية.

الزوج الرومانسي في نظر المرأة هو عبارة عن :

أذن صاغية .. ويد حانية .. وقلب يسع أحلامها .

ولعماد ومريم موقف يتجلى فيه هذا المعنى ، دعونا نعيشه ومن ثم نخرج منه ببغيتنا ..

مريم غاضبة: أنا لا أدري ماذا تريد مني المديرة؟؟!!

عماد بهدوء: ما الذي حدث؟؟

مريم: إنها تتدخل في عملي دائماً، ولا تحترم إمكانياتي وموهبتي.

عماد: إنها المديرة، ولها أن تتدخل في العمل ككل.

مريم: لا إنها تريد أن تثبت أني لا أقوم بعملي على الوجه الصحيح.

عماد بلا مبالاة: أرى أنك تعطي الأمور أكثر من حجمها الطبيعي، والموضوع أبسط من أن نفرد له وقتًا للنقاش.

مريم بحنق غاضب: أنت هكذا دائماً، لا تريد أن تفهمني أو تنصفني.

عماد: حسناً لا تحدثيني عن عملك مرة ثانية أو تطلبي رأيي.

ثم أدار كل منهما ظهره للآخر..

** إن مريم (امرأة) تحتاج إلى أذن صاغية تستمع إليها، وقلب يهتم بمشكلتها.. ويد حانية تربت عليها. فقط هذا كل ما تحتاجه مريم في ذلك الموقف، لكن عماد يتعامل معها بمنطق عقلي كالذي يتعامل به مع أصدقائه، عماد يرى أن مريم تبحث عن نصيحة وحل لمشكلتها، ولكن هذا هو آخر ما تريده مريم!!.

والسؤال: ما هو الحل الأمثل الذي يجب أن ينتهجه عماد في تعامله مع مريم، وترى فيه الدعم والمساندة؟؟ تعالوا معي نطل على عماد ومريم مرة أخرى .

مريم غاضبة: أنا لا أدري ماذا تريد مني المديرة؟؟!!

عماد باسماً: هوني عليك حبيبتي، ماذا جرى؟

مريم: إنها تتدخل في عملي دائمًا، ولا تحترم إمكانياتي وموهبتي.

عماد وهو يضع يده على كتفها: أنت مجتهدة في عملك، ولن يستطيع أحد أن يثبت عكس ذلك، لا تدعي هذا الأمر يغيب بسمتك الجميلة التي أحبها.

الحب الصفقة الوحيدة التي فيها إما فائزان وإما خاسران

مريم: ولكني أشعر بالضيق من تصرفاتها.

عماد بحنان: صدقيني هي الخاسر الوحد أين لها بواحدة مثلك ، في جهدك وإخلاصك .

لا شيء حبيبتي في الكون يستحق أن تتضايقي من أجله، هيا فلأرى بسمتك الجميلة.

مريم بابتسامة: حسنا حبيبي.

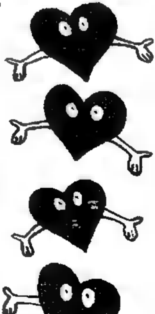
* إن الفرق بين الموقفين ليس في الصيغة الرومانسية التي اصطبغ بها الحوار الثاني فحسب، إن الأمر أدق من ذلك، إن عماد في الموقف الثاني ومن خلال فهمه لنفسية زوجته أدرك أنها تبحث عمن يحتويها وقت ضيقها، ويسمعها ويربت عليها، والإنسان بوجه عام يفرح عندما يشعر أن هناك من يتفهم مشاعره، **فما بالك إن كان ذلك الشخص هو رفيق دربه وشريك حياته وأقرب الناس إليه.**

ولتعلم أيها الزوج أن المرأة كثيراً ما ترغب فقط في أن تبوح بمشاعرها، وأكبر خطأ يمكن أن تقع فيه هو أن تقاطعها -ظناً منك أنك تساعدها- وتقدم لها سيلاً من الحلول لمشكلتها، هي في غنى عنها.

من هنا نعلم أن أكثر خطأين شائعين نرتكبهما في حياتنا الزوجية :

1/ أن تحاول الزوجة تغيير سلوك الزوج .. وعندما يخطئ تلعب دور الناقدة وتصحح سلوكه بدون أن يطلب منها ذلك .

2/ أن يحاول الزوج تغيير مشاعر الزوجة عندما تكون متضايقة أو منفعلة .



طبيعة التعامل مع الضغوط

اقتضت حكمة الله تعالى ألا يكون هناك راحة كاملة إلا في الجنة، والحياة على ما فيها من سعادة إلا أن للشقاء فيها نصيبًا كبيرًا، فكما أنها تضحك حيناً فإنها تبكي أحياناً أخرى، وما حياتنا التي نحياها على وجه الأرض إلا مرحلة ننتقل بعدها إلى حياة أخرى، ليستقر بنا المقام في جنة النعيم إن شاء الله.

وفي حياتنا تقابلنا ضغوطات كثيرة، منها ما يقابل أحد الزوجين على حدة، ومنها ما يواجهاهما معا، وكل من الزوجين يمتلك طريقة خاصة للتعامل مع الضغوط، وهذه الطريقة فطرية جبلهما الله تعالى عليها، فالرجل ينظر للمشكلات الحياتية بغير العين التي تنظر بها المرأة.

الزوج أو الرجل بشكل عام عندما يواجه مشكلة أو يعكر شيء صفوه لا يجب أن يثقل كاهل غيره بمشاكله إلا لضرورة كاستشارة أو أخذ رأي في نقطة معينة، فتراه يميل إلى التفكير بصمت، فإذا لم يجد لمشكلته حلاً تراه يشغل نفسه بالتفكير في شيء آخر كقراءة جريدة أو كتاب أو حتى مشاهدة مباراة في التلفاز.

تتجلى أخلاقيات الرجل العظيم في التعامل مع الضعفاء

أما الزوجة أو المرأة بوجه عام فإنها عندما تواجه مشكلة ما فإنها تبحث عن شخص تثق به وتتحدث إليه بالتفصيل في مشكلتها، وكما أسلفنا من قبل فإن المرأة لا تبحث بالضرورة عن حل

لمشكلتها لكنها تشعر بالراحة عندما تخرج ما في صدرها (وتفضفض) به لعزيز لديها.

ومن الأهمية بمكان أختي الزوجة أن تضعي في اعتبارك أن زوجك عندما يواجه أزمة أو مشكلة يكون شارداً، رافضاً للحوار في مشكلته أو عما يضايقه، عصبيًا إذا حاول أحد اقتحام شروده حتى وإن كان بنية مساعدته.

وصمت الزوج قد يستفز الزوجة ويدفعها للظن بأن شروده وعدم الحديث معها هو لأنه غير قابل لها أو لأنه رافض للحديث معها بشكل خاص، فتكلمه وتسأله وتحاوره وكلما حاول اختصار الحديث زادها هذا ضيقاً.

كذلك فإن إلحاح الزوجة وثرثرتها يتعب الرجل ويضجره.

لذلك وجب على الزوجة أن تتفهم نفسية زوجها وتتقبل حالته، بل وتهيئ له الجو المناسب للاسترخاء حتى يخرج سريعًا من هذه الحالة، وتشعره أنها مقدرة صمته وشروده، وأنها في انتظاره متى عاد لها بعدما يتخلص من قلقه وانشغال باله.

أيضا على الزوج.. أن يدرك طبيعة زوجته عندما تواجه مشكلة، فهي عندما تتحدث معه في مشكلاتها فإنها لا تبحث عن الحل بل إنها غير مهتمة بصفة مباشرة به، بل إنها تبحث عن الطمأنينة والراحة في استماع زوجها لها واحتوائه إياها، وعليه أن يكون صبوراً وحنوناً عليها، حتى تخرج من تلك الحال وتهدأ نفسيتها وتجد مخرجًا مناسبًا لمشكلتها.

تشكو كثير من الزوجات من صمت أزواجهم وبأنهم قليلو الكلام ويميلون إلى العزلة في بعض الأحيان..

ولقد أوضحنا من قبل أن الرجل يميل للصمت عندما يواجه مشكلة، بيد أن الصمت بشكل عام صفة من صفات الرجل يلجأ إليه في أحوال كثيرة منها:

ـ أن يكون عنده تساؤلات لا يجد لها إجابة، أو يمر بحالة عدم تركيز.

ـ عند مروره بأزمة أو مشكلة كما أسلفنا من قبل.

ـ عندما يفكر في أي شيء بشكل عميق.

ـ حينما يريد ترتيب أوراقه واستجماع نفسه.

فلا داعي للقلق عزيزتي الزوجة، ولا تجعلي الحيرة والشكوك والظنون يتخطفونك، ولك بعض النصائح الغالية التي تتسلحين بها حيال صمت زوجك واستحبابه للعزلة:

الصمت ميزان.. يزن به الرجل مقدار المشكلة التي تواجهه

- تأجيل المناقشات والمواضيع التي تحتاج إلى تركيز.
- توفير جو هادئ يساعده على إنهاء حالة

الصمت سريعاً.

- أشعريه بحبك، وأنك بجواره دائما وبثقتك به، ورددي على مسامعه عبارات الحب والثناء.
- لا تلحي عليه كي يحكي لكِ عن مشكلته.

كما أنصحك أختاه بأن تتجنبي ما يلي:

- انتهاك حرمة صمته واستنكارها.
- تقديم حلول لمشكلته وإرشاده إلى ما يجب فعله بأسلوب صريح.
- أن تنتظري بقلق انتهاء تلك الحالة.
- إشعاره بالشفقة والرثاء لحالة.

* **وأخيرا** أذكرك أختي الغالية بموقف السيدة خديجة رضوان الله عليها عندما كان زوجها ﷺ، يلجأ للخلوة في غار حراء، إن خلوته فترة ما قبل الوحي لم يكن لها ما يبررها في نظر الكثيرين من الناس، وكانت مكة تتناقل خبر الرجل الذي يترك زوجته ويعتكف في جبل مهجور وهم يستعجبون، غير أن خديجة وهي الزوجة المحبة العاقلة، لا يعنيها ما يتناقله الناس، فقط هدفها الأول هو توفير سبل الراحة والدعم لذلك الزوج المحب الحنون، فكانت ترسل إليه الطعام والشراب، وتبعث إليه من يلبي حاجته ويطمئنها عليه إذا تأخر.

ونستطيع من هذا الموقف أن نقول إن خديجة -رضي الله عنها- كانت تمتلك خصلتين مهمتين ساعداها على إسعاد زوجها الحنون:

أولاهما: ثقة لا محدودة في زوجها

ثانيتهما: تفهم عميق لنفسيته واحتياجاته الروحية.

- **غير اني أتوجه بحديث هام للزوج:**

إن صمتك يسبب قلقاً لزوجتك، سواء نَجَحت في إخفائه أم لا، ولا بد أن تتفهم ذلك القلق وتخبرها بأنك تمر بمشكلة وتحتاج للتركيز، وذلك كي تُشعرها بالأمان والطمأنينة.

* * *

النقد البناء ليس كشفًا عن المعايب، بل عن مساحات الخير في نفس المنقود

كيف أخبر زوجي بعيب فيه دون أن أجرحه؟

وهذا سؤال من الأهمية بمكان؛ نظراً لما فيه من حساسية للزوج، وشعوره ـ الفطري ـ بأن التقويم والنصح من زوجته قد يكون فيه تجريح لرجولته.

ومع قناعتنا بأن الزوجة يجب أن تلعب دورًا إيجابيًّا في حياة زوجها، وأن تساعده بالدعم والتشجيع والنصح، فإننا نضع تحت كلمة النصح أكثر من خط، نظرًا للحساسية التي يقابل بها الرجل نصيحة زوجته، ودعيني أساعدك أختي الغالية في إيجاد طريقة مناسبة لنصح زوجك وأسألك:

هل جربت من قبل طريقة التقويم بالسؤال؟

أو النصح بطريقة غير مباشرة؟

نعم هناك طريقة رائعة لمساعدة الزوج بدون أن يشعر بأنك تساعديه!

فمثلا إذا كان اختيار زوجك لملابسه غير مناسب فإني أنصحك بدلا من أن تقولي له بطريقة مباشرة هذه الملابس ليست متناسقة، تقولي له حبيبي ألا ترى معي أن هذا الطقم أجمل عليك، أو تقولي: أنت في هذا اللباس تكون متألقاً ألا ترى ذلك معي؟

ما رأيك في الفرق بين السؤالين؟

ألا ترين معي أن الطريقة الثانية، كان وقعها أجمل وألطف على الزوج ولم تتعرض من قريب أو بعيد لما يخدش رجولته؟

وأنتِ -أختي الزوجة- أدرى بزوجك وبما يحبه ويبغضه، وتستطيعين أن تبتكري طرقًا كثيرة للنصح والتوجيه بشرط أن تراعي عدة نقاط وهي:

- عدم الانتقاد المباشر.
- عدم اللجوء للتحضير الطويل قبل الكلام في الشيء الذي لا يعجبك وكأنك ستلقي عليه محاضرة.
- اختيار الوقت والمكان المناسبين وحينما يكون الزوج متقبلاً للحديث رائق المزاج.
- لا تتكلمي أمام أحد إطلاقاً مهما كان قريبًا منكما.
- استخدمي الدعابة والمرح، واحذري من السخرية.
- إذا غضب الزوج أو تضايق بادري بالاعتذار فوراً، وأخبريه بأنك لم تقصدي الإساءة إلية ولا تتركيه حتى يرضى.

معاتبة الأحباب

خير من

فقدهم

من آداب النقد.

وهذه جملة من النصائح التي يجب أن يراعيها كل طرف في التعامل مع الطرف الآخر عند توجيه نقد أو إسداء نصح:

- **امدح الطرف الآخر وابدأ بذكر محاسنه،** ولن يخلو شخص من حسنة أو ميزة يشكر عليها، وإبرازك لمحاسن الطرف الآخر يهيئه نفسيا لقبول النقد أو النصح، كما أن الشخص المنقود عندما يستشعر بأن الطرف الناقد يقدر له مميزاته ويقر بها يلين ولا يتحفز لمواجهة النقد بقسوة وقوة.

- **تذكر أن كلنا يخطئ، والخطأ ليس نهاية العالم.**

- **لا تحاصر الطرف الآخر، ودعه يحتفظ بماء وجهه،** وماذا يفيدك إذا ضيقت الحصار عليه، وحجزته في زاوية ضيقة لا يستطيع الخروج منها، بل إنك قد تدفعه بمحاصرتك له إلى المكابرة والمعاندة وعدم الاعتراف بخطئه.

- **امدح دائمًا أي بادرة للتحسن ولو كانت صغيرة،** أشعره بفرحك حينما يوفق، وأن حبك له ثابت لم يتغير.

- **اجعل الخطأ يبدو سهل الإصلاح،** ولا تعمد إلى تضخيم المسائل، وتحميل الأمور فوق ما تتحمل.

* * *

وكما تشكو النساء من صمت الرجال يشكو الرجال من ثرثرة النساء، وأنهن يعشقن الكلام بداعٍ وبدون داعي..

ونحن بدورنا نؤكد تلك المقولة!.

فلقد ثبت علميًا أن المرأة في الغالب تستخدم الجزء الأيمن من المخ، وهذا الجزء هو المسئول عن الخيال والعاطفة والإبداع والقدرة اللغوية، كما أنها تحب التفاصيل دائما وتبغض الاختصار، وهي تحب أيضًا أن تعبر عن مشاعرها بالكلام الصريح فتراها تميل إلى ترديد وسماع كلمات الغزل، بعكس الزوج الذي قد يكتفي بالإيماء أو النظرة. وأكدت معظم هذه الأبحاث على أن الكلام والتعبير اللفظي من أهم الخصائص النفسية للنساء..

غير أن المرأة حينما تتحدث فإنها تبحث دائما عن عدة أشياء وهي:

- الراحة والتحسن وأن هناك من يشاركها مشاكلها، فالمرأة مخلوق ضعيف يحتاج دائما أن يشعر أن هناك من يقف بجانبه ويدعمه، وهي حينما تتحدث معك أخي الزوج فإنها تعمد إلى إشعار نفسها بأنك معها وتشاركها ما هي فيه، فحاول جاهدًا ألا تقاطعها، ولا تعطها حلولا للمشكلة التي تحدثك عنها،

عاتب زوجتك في البيت وامدحها أمام الناس

فقط حفزها لمواصلة الحديث.

- خلق الحب، فالمرأة تؤمن بأن الحوار سبب من أسباب انتعاش الحب.

- التفكير بصوت مرتفع، فإذا قلنا إن الرجل يميل إلى الانعزال مع مشكلته وعدم إشراك أحد فيها فإن المرأة عكس ذلك فهي تميل إلى التفكير بصوت مرتفع وإشراك آخرين معها.

- إيصال معلومة معينة، فالمرأة ترى أن البسط والأخذ والرد بكثرة يوصل المعلومة إلى الطرف الآخر بطريقة أدق وأفضل.

ليس عندي وقت للسماع أريد أن أرتاح قليلا..

هكذا قال لي صاحبي عندما أخبرته بأهمية الاستماع إلى زوجته، وعدم الضجر من حديثها.

فقلت له: أراك استمعت لي بصدر رحب، واستمعت لعشرات غيري ممن قابلتهم طوال يومك الحافل، هل وسعنا صدرك حتى إذا جاءت زوجتك لتحدثك لم تجد لها فيه مكانًا.

هز رأسه كدلالة على عدم اقتناعه فزدته قائلا: دعني أسألك: من أكثر تعبًا ومشقة وجهدًا.. أنت أم رسول الله ﷺ؟ فقال وقد انتبه إلي: هو عليه الصلاة والسلام طبعًا.

قلت: وأيهما يعد وقته أثمن الأوقات أنت أم هو؟ فقال وعلامات عدم الفهم ترتسم على وجهه: هو ولكن لماذا تسأل هذا

فقلت مواصلا حديثي: إني محدثك بحديث ورد في صحيح مسلم، فأعطني قلبك قبل أذنك فإنه حديث طويل ونفيس:

فعن عائشة رضي الله عنها أنها قالت: جلس إحدى عشرة امرأة. فتعاهدن وتعاقدن أن لا يكتمن من أخبار أزواجهن شيئا.

قالت الأولى: زوجي لحم جمل غث. على رأس جبل وعر. لا سهل فيرتقى. ولا سمين فينتقل.

قالت الثانية: زوجي لا أبث خبره. إني أخاف أن لا أذره. إن أذكره أذكر عجره وبجره.

قالت الثالثة: زوجي العشنق. إن أنطق أطلق. وإن أسكت أعلق.

قالت الرابعة: زوجي كليل تهامة. لا حر ولا قر. ولا مخافة ولا سآمة.

قالت الخامسة: زوجي إن دخل فهد. وإن خرج أسد. ولا يسأل عما عهد.

قالت السادسة: زوجي إن أكل لف. وإن شرب اشتف. وإن اضطجع التف. ولا يولج الكف. ليعلم البث.

قالت السابعة: زوجي غياياء أو عياياء

ما عجبت من المحبين في الهوى ولكن بقاء العاشقين عجيب

طباقاء. كل داء له داء. شجك أو فلك. أو جمع كلالك.

قالت الثامنة: زوجي، الريح ريح زرنب. والمس مس أرنب.

قالت التاسعة: زوجي رفيع العماد. طويل النجاد. عظيم الرماد. قريب البيت من الناد.

قالت العاشرة: زوجي مالك. وما مالك؟ مالك خير من ذلك. له إبل كثيرات المبارك. قليلات المسارح. إذا سمعن صوت المزهر أيقن أنهن هوالك.

قالت الحادية عشرة: زوجي أبو زرع. فما أبو زرع؟ أناس من حلي أذني. وملأ من شحم عضدي. وبجحني فبجحت إلي نفسي. وجدني في أهل غنيمة بشق فجعلني في أهل صهيل وأطيط، ودائس ومنق. فعنده أقول فلا أقبح. وأرقد فأتصبح. وأشرب فأتقنح.

أم أبي زرع. فما أم أبي زرع؟ عكومها رداح. وبيتها فساح.

ابن أبي زرع. فما ابن أبي زرع؟ مضجعه كمسل شطبة. ويشبعه ذراع الجفرة.

بنت أبي زرع. فما بنت أبي زرغ؟ طوع أبيها وطوع أمها. وملء كسائها وغيظ جارتها .

جارية أبي زرع. فما جارية أبي زرع؟ لا تبث حديثنا تبثيثا. ولا تنقث ميرتنا تنقيثا. ولا تملأ بيتنا تعشيشا.

قالت: خرج أبو زرع والأوطاب تمخض. فلقي امرأة معها ولدان لها كالفهدين. يلعبان من تحت خصرها برمانتين. فطلقني ونكحها.

فنكحت بعده رجلا سريا. ركب شريا. وأخذ خطيا. وأراح علي نعما ثريا. وأعطاني من كل رائحة زوجا. قال: كلي أم زرع وميري أهلك. فلو جمعت كل شيء أعطاني ما بلغ أصغر آنية أبي زرع.

قالت عائشة: قال لي رسول الله ﷺ: «**كنت لك كأبي زرع لأم زرع**». وفي زيادة (غير أني لا أطلقك) [1].

نظرت إلى صاحبي، فوجدت الدهشة تعلو ثنايا وجهه من غرابة ألفاظ الحديث فقلت ضاحكا: هوِّن على نفسك، لن نتحدث عن معاني الحديث، وعن قصد كل امرأة من اللاتي تحدثن، ولكني سأسألك: هل رأيت كيف استمع الرسول ﷺ لزوجته بدون مقاطعة أو تململ أو فتور؟ والألطف، هل رأيت كيف علق الرسول ﷺ تعليقا جميلا (**كنت لك كأبي زرع لأم زرع غير أني لا أطلقك**).

انظر معي كيف أن الرسول ﷺ بكل مشاغله وهمومه يجلس ويستمع من زوجته حديثًا بالنسبة لي ولك غير ذي نفع، ولكن وهو أستاذنا الأول يدرك حاجة زوجته للكلام والحديث وبحثها عمن يستمع لها ويحتويها.

ثم التفت إلى صاحبي مبتسما وقلت: اذهب ودع زوجتك تتحدث واستمع إليها، تفهم حاجتها ورغبتها، وصلِّ معي على رسول الله ﷺ.

الحياة أقصر من أن نقضيها في تسجيل أخطاء الآخرين

(1) صحيح مسلم باب ذكر حديث أم زرع.

* كثيرا ما يحاول الزوجان الوصول لحل في قضية معينة ولا يتوافقان رغم تفاهة المشكلة..!!

* وكثيرا ما يرى الزوج أن زوجته لا تقدر ما يقدمه لها وأنها دائما ناكرة لخدماته..

وما أكثر المشكلات التي تواجهنا في حياتنا الزوجية بسبب سوء الفهم ، وعدم التوافق .

وهذا ما دعاء كثير من علماء النفس وخبراء في مجال العلاقات الإنسانية والزوجية لعمل استبيانات وبحوث حول هذا الأمر ، ليخرجوا إلينا بمعلومة مفادها :

أن الزوج يتحدث بغير اللغة التي تتحدث بها الزوجة !!

طبعاً لم يقصدوا اللغة بأحرفها، بل اللغة بمترادفاتها ومعانيها..

وقالوا بأن المرأة في حديثها تميل دائما إلى استخدام المترادفات التي تدل على المبالغة دائماً للتعبير عن مقصدها، هذا برغم عدم قصدها لمعنى تلك المترادفات حرفيًا.

كذلك فإن المرأة تميل إلى استخدام التعميم والأسلوب المجازي في التعبير عن الأشياء، فمثلا المرأة عندما تقول نحن لا نخرج أبداً

فإنها تعني.. أريد أن أخرج معك.

وعندما تفاجئك بقولها أنت لم تعد تحبني.. فهي تريد أن تقول لك.. قل لي أحبك.

وعندما تغضب قائلة أنت لا تهتم بي.. فهي تقصد اهتم بي أو أحضر لي هدية أو دللني.

ولعل تلك المبالغات الشديدة والتعميم الدائم للمرأة سببا من السباب التي حذر منها الرسول ﷺ النساء بقولـه «**أريت النار فـإذا أكثر أهلها من النساء؛ لأنهن يكفرن العشير ويكفـرن الإحسـان، ولـو أحسنت إلى إحداهن الدهر ثم رأت منك شيئاً قالت: ما رأيت منك خـيراً قط**».

وهذه طبيعة في معظم النساء (تضخيم الأشياء وإعطاؤها أكبر من حجمها)

والسؤال كيف يستطيع الزوج أن يتفهم تلك الطبيعة ويتعامل معها؟

تنشأ المشاكل دائما من جهل الزوج لهذه الطبيعة ومحاسبة المرأة على كلماتها حرفيًا، فعندما تقول الزوجة أنت لا تهتم بي يقول لها ألم أحضر لك هدية الأسبوع الماضي؟ وأخرج معك منذ ثلاث أيام.. ويبدأ في الرد حرفيا على ما تقول.

تذكر: أن للزوجة قاموسًا خاصًا يجب أن تعلم مفرداته

وعلى الزوج الذكي الواعي أن يدرك طبيعة المرأة ويتغاضى عن الترجمة الحرفية لكلام زوجته، ويعي أن مترادفات الزوجة لا تدل على مقصدها تمامًا، وإنما هي وسيلة لإعطاء مطلبها حجما أكبر؛ وبالتالي زيادة في الاهتمام..

ومن لطيف ما سمعت في هذا الباب تلك القصة التي حدثت في المغرب:

يروى أن كانت (البرمكية) جارية تباع وتشترى فاشتراها المعتمد بن عباد ملك المغرب فأعتقها وجعلها ملكة، وحين رأت الجواري يلعبن في الطين حنت لماضيها، فاشتهت أن تلعب في الطين مثلهن فأمر أن يصنع لها بركة من العطور والطيب الكثير حتى يصبح شكله مثل الطين كي تلعب فيه، فلعبت فيه حتى ملت، فكانت إذا غضبت منه تقول له (إني ما رأيت منك خيراً قطُ) فيبتسم قائلاً: ولا يوم الطين؟ فتخجل وتهرب من أمامه.

* * *

الفصل الثاني

لغة التواصل

إن تقديرنا للطرف الآخر يشعره بأهميته لدينا وإيماننا بعظمة ما يقدمه واحترامنا لذاته ، يكفي أن تقول لحبيبك .. أشكرك على ما تقدمه لي لقد أتعبت نفسك كثيرا من أجلي كي تشعل فيه شعلة من الحماس والنشوة الغامرة ..

هل من الممكن أن تنمو الوردة بدون أن تسقى بالماء؟؟!

بديهيا لا.. والحب قرين الوردة بحاجة إلى أن يسقى لينمو ويزدهر، وماء الحياة بالنسبة للحب هو التحفيز.. وأقصد بالتحفيز.. إشعال رغبة عارمة وصادقة في نفس المحبوب تدفعه دائما للبذل والعطاء بحب وإخلاص.

وسؤالنا – للزوج – كيف تشعل تلك الرغبة في زوجتك؟

إن أفضل طريقة تحفز بها زوجتك هو أن تشعرها بأنها إمراة عزيزة.. فالزوجة التي تشعر بأن زوجها يعززها ويتعامل معها على أنها إنسانة لها شخصيتها المستقلة التي يجب أن تُحترم تكون دائمًا متحفزة للعطاء والبذل ونشر أريج حبها على بيتها وزوجها، على النقيض منها الزوجة التي تشعر بأنها مهانة وأن زوجها يطالبها بإلغاء شخصيتها والدوران في فلكه فقط تعيش حالة من القحط العاطفي والذي ينعكس على الزوج والأسرة برمتها.

ولأن المرأة تستعذب الكلام الجميل وعبارات الغزل أنصحك بأن تجعل على لسانك دائماً كلمات التحفيز التي تسعد

الكلمة الطيبة صدقة

زوجتك وتشعرها باعتزازها، وبأنها كريمة في عينيك مثل : أنت أميرة قلبي ومليكة فؤادي .. إن نظرة حب من عينيك كافية لإعطائي شحنة أتحدى بها الكون .. أينما أسير يظل المكان الذي أنت فيه قبلة قلبي ـ..... وغيرها من الكلمات التي يرى الزوج تأثيرها على زوجته وأنها تحب سماعها.

***

كيف تشجعين زوجك وتحفزينه؟

أختي الكريمة ليس هناك شيء يحفز زوجك أكثر من إشعارك إياه بأنك لا تستطيعين العيش بدونه، وأنك مهما ملكت من مقومات التفوق أو التميز الوظيفي والاجتماعي إلا أن فخرك الأول أنك زوجته، وأن احتياجك إليه غير قابل للمناقشة تماما كاحتياج الزهر للماء والطير للصباح.

وأعلمي جيدا أختي الزوجة أن **الزوج متعطش للحب الآتي من الطرف الآخر** ، فمقومات التحفيز عند الرجل تنبع من إحساسه بأنه مرغوب، وأن هناك من يحتاج إليه دائمًا.

- ولا بد أنت أيضًا أختي الكريمة أن تلقي على مسامع زوجك كلمات التحفيز المغلفة بحرارة قلبية صادقة مثل: (لقد كنت بحاجة لك عندما حدث كذا... ـ لقد استفدت كثيرا من كلماتك لي ـ لو عاد الزمن ما كنت لأختار زوجًا غيرك أبداً ـ أنت أعظم رجل رأيته في حياتي.. وغيرها من عبارات ترين أنها تسعده).

ادفعي زوجك للأمام..

وراء كل عظيم امرأة .

وقلما نجد نابغة يُسهر ليله في الشجار ، ونهاره في الخصومة .

فهو محاربٌ ، إما في ميدان الرجال ، أو في سوق المشاغل والمشكلات اليومية .

نحن على الأرض
نبني لأرواحنا
في السماء

وهذه حقيقة لا مراء فيها، فالاستقرار النفسي، والبيئة الهادئة هي أول دعامة في أي إنجاز يُحصله الزوج في حياته، والعكس يصح هنا، ولعل هذا ما دفع الشيخ محمد الغزالي -رحمه الله- أن يقول: المرأة الجبانة تعجز الرجل عن النهوض بواجباته وتحمل المخاطر واقتحام العقبات!

والمرأة البخيلة تمنع رجلها من بذل العون وإكرام الضيف ودعم الضعاف!

إن خزلان الداخل يعوق الامتداد في الخارج، ويجعل الرجل خادما لمطالب بيته ومآرب زوجته وأولاده، وهذا طريق لا نهاية له[1]. إلى أن يقول رحمه الله في تفسير قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِن تَعْفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ [التغابن:14] العداوة هنا ليست الخصومات المعروفة، وإنما هي انهزام الرجل أمام مطالب أسرته وقعوده عن الهجرة والجهاد كي يبقى إلى جوارهم[2].

وجدير بك أيتها الزوجة المؤمنة أن تُلبسي زوجك لباس الهمة وتزرعي بوجدانه رايات التقدم والطموح، وخبر خديجة أنت به أعلم، وقفت بجوار زوجها ﷺ وهو يكافح ويناضل، ما لانت ولا خارت، حتى إذا ماتت كان حزنه عليها يفوق الوصف وواساه ربه بأن هيأ له رحلة الإسراء والمعراج، وسمى عام وفاتها بعام الحزن.

---

(1) قضايا المرأة بين التقاليد الراكدة والوافدة - محمد الغزالي.

(2) المرجع السابق.

اجعل الطرف الآخر
يشعر بأهميته لديك وتقديرك له

يحكي ديل كارنجي هذه القصة قائلا[1]: كنت أقف في صف، انتظارا لتسجيل خطاب في مكتب البريد في إحدى شوارع نيويورك، ولاحظت أن الموظف بدأ عليه السأم من عمله، فقلت لنفسي سأحاول أن أجعل هذا الموظف يحبني، فكيف يمكنني ذلك؟، لكني توصلت للحل بسرعة، فقد بادرته وهو يزن أحد المظاريف بحماس: إن شعرك جميل، كم تمنيت أن يكون لي شعر مثله، فاندهش الرجل بادئ الأمر، ثم قال لي بعد أن رأى البسمة الهادئة على شفتي في تواضع: إنه ليس جيدا كما كان من قبل، فقلت له إنه لا زال يحتفظ بالكثير من بهائه وجماله، ودخلنا في حديث بسيط ومرن، وكان آخر ما قاله لي الرجل: لقد عبر الكثيرون عن إعجابهم بشعري.

وأراهن أن هذا الرجل قد خرج لتناول غداءه في ذلك اليوم، وهو يمشي منتشيًا من الفرحة، وأراهن أنه قد عاد لمنزله وأخبر زوجته بأنه سعيد بما قلته له.

ثم يعلق كارنجي على هذه القصة قائلا: هناك

الدنيا متاع
وخير متاعها الزوجة
الصالحة

(1) كيف تؤثر في الآخرين وتكسب الأصدقاء؟

قانون مهم جدا للسلوك الإنساني. إذا أطعنا هذا القانون فإننا في الغالب لا نقع في أية مشاكل، وهذا القانون هو: **حاول أن تجعل الآخر يشعر دائما بأنه ذات أهمية**، وقد قال جون ديوي من قبل: **إن الرغبة في الشعور بالأهمية هي أعمق الدوافع البشرية**، ويقول وليم جيمس: **إن أعمق المبادئ في الطبيعة البشرية هو التوق إلى التقدير.**

أيها الزوج العزيز - أيتها الزوجة الكريمة: إن تقديرنا للطرف الآخر يشعره بأهميته لدينا وبأننا نقدر جهده المبذول وعطائه لنا .

يكفي أن تقول لزوجتك لقد أتعبتِ نفسك حبيبتي كثيرا اليوم، أو تقولي لزوجك: إن لساني يعجز عن شكرك لما تقدمه لي، لتوقد في الطرف الآخر شعله من الحماس والسعادة والنشوة الغامرة.

فكــرة..

أرسل رسالة حب إلى شريك حياتك عبر البريد، وعبر له وبكل صراحة عن مدى حبك له وتقديرك لما يفعله من أجلك، ودع العنان لمشاعرك لتخط ما بدا لها من كلمات الحب، ومن الممكن أن تضع الزوجة لزوجها بطاقة رقيقة في حقيبة عمله أو كتاب تعلم أنه يقرؤه.. إن هذه الأفكار على بساطتها إلا أنها تشع نوعًا من البهجة ويكون لها تأثير طيب، والتجربة خير برهان.

* * *

هل حاجة زوجتي الأساسية والتي تسعدها وتشعرها بالأمان هي المال؟ أم أنها تحتاج إلى الكلام المعسول والرومانسية؟ هل يأتي الاحترام والتقدير على قمة متطلباتها؟ أم يكفيها الآمان والعش الهادئ الصغير؟

الحقيقة أن كل ما ذكرناه ضروري بالنسبة للمرأة. غير أن هناك ترتيبا لاحتياجاتها بينته دراسة أجرتها مجلة الفرحة المتخصصة في مجال العلاقات الزوجية على شريحة كبيرة من الزوجات في مجتمعنا العربي ، وكانت نتائجها كالتالي :

1- تحمل المسئولية ورعايتها..

فأخوف ما تخافه المرأة أن تتزوج من إنسان مستهتر لا يقدر حجم المسئولية الملقاة على عاتقه، ولا يرعاها ويهتم بها وباحتياجاتها.. ولقد حثنا رسول الله ﷺ أن نكون على قدر المسئولية الملقاة على كواهلنا بقوله: (كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته، فالزوج راع ومسئول عن رعيته...). ولهذا كان تحمل المسئولية المطلب الأول في احتياجات كل زوجة.

الجهر بالحب
ليس عيبًا
ولا منقصة للرجولة

2- تفهم وجهة نظرها واحترامها..

للأسف هناك أزواج إذا تكلموا مع زوجاتهم حسبتهم يتحدثون إلى جواري، المطلوب منها أن تؤمر فتطاع، وفي بعض المجتمعات إذا ذكر الرجل المرأة أتبع قوله بلفظة (أعزك الله) وكأن المرأة مخلوق غير طاهر، ومما يؤلم الزوجة ويحط من نفسيتها أن ترى زوجها يعاملها كقطعة أثاث، ليس لها أن تبدي رأيها وتجهر بما تراه خيرًا، ورسولنا الكريم وهو أعلم أهل الأرض كان يستشير زوجاته في بعض الأمور وينزل على رأيهم إذا رأى فيه الصواب، فيجب على الزوج أن يحترم وجهة نظر زوجته ويشاورها في أموره ويشعرها دائماً أنها كبيرة في نظرة ولها أهميتها وقدرها.

3- إشعارها بالحب وإظهار مشاعر الرومانسية..

المرأة هي المرأة بجموعة مشاعر وأحاسيس، وكما ذكرنا من قبل أنها تميل دائماً إلى ترديد عبارات الغزل وتشتاق أكثر إلى سماعها، وتكون سعيدة عندما يشعرها زوجها بأنوثتها ويتفنن في إظهار مشاعر الحب لها، ومما يلهب مشاعر الزوجة ويجعلها تعيش حالة من السعادة الغامرة أن يجهر زوجها بمحبته لها على الملأ، وقد يستنكر البعض ذلك الشيء، ودعوني أسوق هذا الحديث لنبي الرحمة ﷺ..

فقد حدث أن جاءه يوماً عمرو بن العاص وهو بين أصحابة رضوان الله عليهم أجمعين قائلاً: يا رسول الله من أحب الناس

إليك؟ فقال له رسولنا عليه أفضل الصلاة والسلام (عائشة) ، فقال له عمرو رضي الله عنه ثم من فقال عليه صلوات ربي (أبوها) . بكل بساطة يفصح حبيب الله عن محبته لزوجته ، ويعلمنا أن الجهر بتلك المحبة ليس عيباً ولا منقصة للرجولة .

وليس بعد حديث الرسول مجال للحديث، أو فسحة للاعتراض.

4- الأمـــان..

زوجتك مخلوق ضعيف، تركت بيتها الذي تربت فيه، ووالداها اللذان عاشت بينهما، وأتتك طامعة أن تجد عندك الأمان والدفء، وحينما تشعر الزوجة بأنها مهددة وأن زوجها دائما ما يشهر في وجهها سيف الطلاق، تكون في حالة اضطراب نفسي وخصام مع الراحة والسعاة، والزوج الكريم هو الذي يشعر زوجته دائما أنها في مأمن وأنه يتقي الله فيها.

5- التسامح والصفح..

فالزوج الذي لا يصفح هو زوج عليل النفس والطبع ، وقد يكون على الزوج في بعض الأحيان أن يتخذ قرارات حاسمة أو يغضب إذا لم يطاع، إلا أن التمادي في العقاب والقسوة يكون لهما أثر غير محمود في علاقتهما.. فكن حانيًا تكن محبوباً.

الحب تجربة حية
لا يعانيها
الا من يعيشها

- وهناك صفات أخرى كالتشجيع والثقة والمشاركة في رعاية الأولاد تحتاجها الزوجة،

ولكن تظل الخمس صفات الأول (تحمل المسئولية، احترامها وتفهم وجهة نظرها، إشعارها بالحب، الأمأن، التسامح) هما على قمة هرم مطالب المرأة من الرجل.

- **حاجات الأزواج والزوجات في الغرب**

يقول الدكتور جون غراي في كتابه الممتع الرجال من المريخ والنساء من الزهرة: معظم حاجاتنا العاطفية المعقدة يمكن تلخيصها في حاجتنا إلى الحب، إن لدى كل من الرجال والنساء ست حاجات حب فريدة كلها مهمة بقدر متساوٍ. وبمعرفة هذه الصفات الست التي يحتاجها الطرف الآخر نستطيع بسهولة أن ندرك لماذا يمكن أن لا يشعر شريكك أنه محبوب. والأعظم أهمية، إن هذه القائمة يمكن أن توجهك لتحسين علاقتك بالجنس الآخر عندما لا تعرف ماذا تفعل خلاف ذلك.

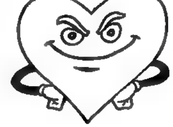
تحتاج الزوجة أن تلقى وتشعر بـ

1/ الرعاية والاهتمام
2/ التفهم
3/ الاحترام
4/ الإخلاص
5/ التصديق
6/ التطمين

يحتاج الرجال إلى أن يتلقوا

1/ الثقة
2/ التقبل
3/ التقدير
4/ الإعجاب
5/ الاستحسان
6/ التشجيع

وليس معنى هذا أن الرجل ليس بحاجة إلى الرعاية والتفهم والاحترام والإخلاص، ولكن الزوج يحتاج أولا لإشباع حاجاته الست الأساسية والتي تعد من دعائم رجولته، وكذلك المرأة بحاجة للثقة والتقبل والتقدير والإعجاب، ولكن ليس قبل تشبعها بتلقي الرعاية والاحترام والتطمين والإخلاص والتي تحتاجهم أنوثتها بقوة.



إشراقة:

(أعقل الناس أعذرهم للناس).

* * *

راقب دوافعك
بصدق متناه..
واعتذر إذا أخطأت

يقول الشاعر ناصحًا زوجته:

خذي العفو مني تستديمي مودتي ... ولا تنطقي في ثورتي حين أغضب
ولا تنقريني نقرك الدف مرة ... فإنك لا تدرين كيف المغيب
ولا تكثري الشكوى فتذهب بالهوى ... ويأباك قلبي والقلوب تقلب
فإني رأيت الحب في القلب والأذى ... إذا اجتمعا لم يلبث الحب يذهب

لا توجد مشكلة مهما استعصت إلا وكان الحوار هو حلها الأول، فالحوار الهادئ هو دلالة لرقي العقليات المتحاورة، وبالحوار يتم محاصرة المشكلة وغزوها للوصول للحل من أسهل الطرق وأقربها، ولا يهرب من الحوار إلا المخطئ وقليل الحيلة وفقير الحجة والمنطق، ويعد الجدال هو العدو الأول للحوار وبوابة إبليس لفرض سيطرته وإشاعة الشحناء والبغضاء بين الزوجين.

الحوار يعد محاولة صادقة للوصول إلى حل لمشكلة محددة بغض النظر عن اللسان الذي أتى بالحل، والجدال هو محاولة عصبية لكسب معركة مشتعلة في ذهن المجادل، وغض الطرف عن المنطق والعقل والموضوعية.

وكثيرًا ما يتحول الحوار البسيط بين الزوجين إلى جدل عقيم ترتفع فيه الأصوات، وينجب لنا مشكلة لم تكن موجودة أساسًا عند بداية الحديث، وهناك أربع مؤشرات هامة إن وجدت فإنها

تعني أن الحوار يتجه إلى طريق مسدود وهي:

1- ارتفاع الصوت عن مستواه الطبيعي، سواء من الزوج أو الزوجة أو كلاهما، فارتفاع الصوت هو أول مؤشر لذلك التحول.

2- غمط الحق، وإنكار الحقائق، ورفض المسلمات.

3- إكساب الكلمات نبرة بغيضة غير مقبولة لدى الطرف الآخر.. كالسخرية والتهكم والاستهتار.

4- ترك المشكلة الرئيسية والكلام في أسلوب الحديث ذاته، فيعترض كل طرف على الطريقة التي يتحدث بها الطرف الآخر.

إن وجود أي من هذه النقاط في الحوار الزوجي يعني أن تتوقفا فورًا عن الكلام ومواصلة الحديث في وقت آخر.

ومن أعجب الأشياء التي تحدث أن ترى الزوج والزوجة يبدءون الحديث حول مشكلة معينة ومحددة ثم بعد خمس دقائق تقريباً يتجادلون حول الأسلوب الذي يتناولون به هذه المشكلة، ويرفض كل طرف أن يتقبل وجهة نظر الطرف الآخر فقط بسبب الطريقة التي يعرض بها الطرف الثاني وجهة نظره.

السخرية والاستهزاء

سلاح العاجز وقليل الحيلة

وهناك أقوال وأفعال تنهي الحوار الزوجي قبل بدايته وهو ما يطلق عليه مصطلح (مهلكات الحوار) وهي:

1- النقد الجارح: في أثناء الحوار إذا نقد أحد الزوجين المتحدث، فالموجه إليه النقد لا يستطيع الاستمرار في الكلام بعد ذلك.

2- الحكم بالخطأ: كأن يقول المتحدث (أنت أخطأت في...) بدء الحوار بهذا يجعل المستمع يقطع أي نقاش سيدور.

3- ترك الأمور على عواهنها دون حوار أو مناقشة متذرعين بـ (مع الأيام ستتغير) و(نتركها للزمن) هذا الخطأ يحدث في نفس الإنسان تكدسًا يؤدي إلى الحوار النفسي السلبي.

4- اجترار السوابق: إذا حدث خلاف آني وحين مناقشته تسترجع المشاكل السابقة كلها وتقال مرة واحدة.

5- التسبيق بمعرفة المشكلة: كأن ترغب الزوجة في مناقشة زوجها في مشكلة حدثت بينهما فيسبق الزوج حديثها قائلاً: (أنا أعرف ما تودين الحديث عنه) وبذلك يكون قد أغلق باب الحوار.

(1) مجلة الفرحة الكويتية بتصرف العدد (6).

* ومن أكثر الأشياء التي تؤلم الزوجة في حوارها مع الزوج هو إحساسها بعدم اكتراث الزوج بما تقوله هي، وتسفيهه لرأيها ومحاولته تهميشها والتقليل من أهمية مشاعرها ومطالبها، وإشعارها بأن رأيها غير مهم بالنسبة له.

* كذلك من أكثر الأشياء التي تؤلم الزوج وتدفعه لرفض الحوار نبرة التحدي عند الزوجة، وإشعاره بأنها لا تثق به ولا برأيه وعدم اعترافها بما يقدمه لها وإنكارها لفضله عليها.

كما أنه من الأهمية بمكان أن نفرق بين الخطأ والمخطئ حتى يسهل لنا الوصول للحل، فإذا فعلت الزوجة مثلاً شيئًا لا يعجب الزوج، فعلى الزوج أن ينتقض هذا الشيء فإذا خرجت الزوجة مثلاً بدون أن تستأذنه، فعليه أن يبين لها خطورة هذا الشيء وتحذير الإسلام من الزوجة التي تخرج دون إذن زوجها ورفضه لأن تخرج من دون إذنه مرة ثانية، كل هذا بدون أن يتعرض لشخصيتها كأن ينعتها بأنها مستهترة ولا تبالي بالأصول وتجهل أحكام دينها وما إلى ذلك من الكلمات التي تعمل على توتر العلاقة.

كذلك فإن محاولة محاصرة الطرف الآخر وإغلاق جميع الأبواب أمامه إذا أراد الاعتذار أو التراجع عن خطئه يساعد على اشتعال الحوار وعدم الوصول لحل، بل عليك إذا رأيت من

حاذر أن تظلم من لا يجد عليك ناصرًا إلا الله

الطرف الآخر تخلياً عن رأيه وظهور بوادر للاعتذار فلا بد أن تفسح له الطريق بكل سلاسة وهدوء لأن يفعل ذلك وإذا اعتذر صراحةً فعليك أن تتقبل اعتذاره مباشرة.

بيساطة: وحتى تتجنب الجدال أنصحك بأن ترحب بالخلاف الهادئ، وتحاول أن تتفهم الطرف الآخر، كذلك أعط الطرف الآخر فرصة للتحدث وإبداء الرأي، وابحث دائمًا عن نقاط الاتفاق ومساحات الالتقاء، وإذا ظهر لك خطأ في حديثك فاعترف بهذا الخطاء، واعمل دائمًا على أن تبني جسورًا من التفاهم لا أسوار من سوء الفهم.

نصيحة.. إن الحوار أيها الزوجان يصل بكما إلى بر الأمان ويوفر لكما على أضعف حال ثمن حبوب الصداع والتوتر التي ستتناولها إذا فضلتما الجدال عليه..

قاعدة هامة :

إن ما يؤلم ليس ما نقوله، ولكن كيف نقوله، فعلينا أن ننتبه جيدا للكيفية التي نخرج بها الكلمات من أفواهنا .

وكلامها السحر الحلال لو أنه   لم يجن قتل المسلم المتحرز
إن طال لم يملل وإن هي أوجزت   ود المحدث أنها لم توجز

• إن جلسات الحوار والمصارحة التي نقضيها مع الطرف الآخر تدعمان بشكل كبير أسس السعادة الزوجية، فالحوار هو إعلان غير مكتوب من كلا الزوجين فحواه.. **أنا أحبك وأقدرك؛ ولذلك أتحدث معك وأناقشك**، فالبشر عامة مخلوقات عاطفية، تجذبهم الكلمة الطيبة وينفرهم التوبيخ والتقريع.

وفوائد الحوار بين الزوجين أكثر من أن نحصيها، ولكني سأحاول سرد بعضها حتى ندرك أهمية الحوار وفاعليته في حياتنا فمن هذه الفوائد:

(1) إخراج ما في نفوس الزوجين من المشاعر . السلبية منها والإيجابية، وهذا من الأهمية بمكان حتى يستطيعا أن يدركا إلى أن تسير حياتهما، وعملية التنفيس تلك تعمل على راحة النفس وهدوء القلب واطمئنان البال.

عقولنا كالمظلات لا تعمل إلا عندما تكون مفتوحة

(2) الحميمية والتقرب بين الزوجين، فالزوجان اللذان يداومان على جلسات المصارحة ويتبادلان

الحوار دائمًا، نراهما أسعد حالا، ويتمتعان بالدفء العاطفي.

(3) التغلب على المشاكل قبل بدايتها، فمبدأ الحوار يتيح للزوجين التعرض لما يضايق كل طرف؛ وبالتالي العمل بهدوء في التغلب على تلك المشاكل، كما أن فرص الاعتذار أثناء الحوار تكون قوية.

(4) التلاحم والتقارب الفكري، إن التعرض للقضايا العامة القريبة منها والبعيدة والتحدث مع الطرف الآخر عن آرائه فيها يخلق نوع من الصداقة الفكرية، والتي يكون لها دور كبير على علاقتهما من حيث ارتفاع مؤشر الحب والتقدير.

(5) زيادة الاحترام، وتقدير كل طرف للطرف الآخر. وخاصة للزوجة التي تشعر بعظم تقدير زوجها لها واحترامه إياها.

(6) زرع الثقة بين الزوجين وإشاعة الأمان بين قلبيهما.

***

كيف يكون حوارنا إيجابياً؟

يقول الأخطل:

إن الكلامَ لفي الفؤادِ وإنما * جُعلَ اللسانُ على الفؤادِ دليلا

فكيف تجعل لسانك رسول حب إلى حبيبك؟ هذه سبعة نصائح إن راعها الزوجان جيدا كان حوارهما إيجابيًا وممتعًا:

1- تدربا على مبدأ (الحوار من أجل الحوار) بحيث يكون الحوار غاية وليس وسيلة، تحدثا في كل شيء وعن كل شيء، تحدثا عن أحلامكم وأمانيكم، عن ذكرياتكم وأفكاركم، عن مشاكلكم ومسئولياتكم، لا يفترض أن تكون جلستكم وحديثكم من أجل إيجاد حلول، بل هو فقط من أجل (الفضفضة والدردشة).

2- اسجنا لصوص الحوار: التلفاز والكمبيوتر من أخطر اللصوص التي تسطو على حواراتكما، والحوار الذي يدور وأنتما تشاهدان التلفاز أو والزوج يعمل على الكمبيوتر هو شبه حوار وليس حوارًا كاملاً، فعند الحوار اسجنا اللصوص وأقبلا على بعضكما في سعادة.

قلب الزوجة لؤلؤة تحتاج إلى صياد ماهر

3- شجع الطرف الآخر كي يواصل حواره،

وهذا يكون بهز الرأس، الابتسامة المشجعة، استخدام كلمات تدل على انسجامك معه مثل (نعم، آه، سبحان الله).

4- ابعدا تمامًا عن الكلمات القاسية والعبارات الجارحة.

5- تحدثا بصراحة ولا تكتمان شيئًا، مع العمل على أن تكون العبارات مغلفة بغلاف من الود والاحترام.

6- ولتوفر النوايا الحسنة والسعي إلى تفهم الطرف الآخر دوره في تنمية الحوار الإيجابي.

7- توقفا مباشرة عن الكلام إذا حدث خروج عن الخط المطلوب وظهر التحول إلى نقاش حاد وجدال.

هكذا يصبح حوارنا أكثر دفئًا وإيجابية، وهذه النقاط السبع يجب استخدامهما كتمارين لتنشيط حواراتنا، إلى أن نتعود عليها، بيد أني أحب أن أوضح نقطة هامة يجب ألا تغيب عن ذهن الأزواج وخاصة حديثي الزواج وهي أن الطرف الآخر له خبرته الحياتية الخاصة، والتي تؤثر على طريقة حواره بالسلب والإيجاب، فيجب أن نتقبل هذه الطريقة ونناقش بهدوء الأشياء التي لا تعجبنا في حوار الطرف الآخر، أيضًا ولكي يكون حوارنا الزوجي إيجابي يجب أن نتوقف عن إعمال توقعاتنا فيما يريد أن يقوله الطرف الآخر بل يجب أن نمهد له الطريق ليتحدث ويتحاور ويخرج ما بقلبه بسلاسة.

يقول د. ريتشارد كارلسون الباحث والخبير في مجال معالجة الإجهاد عن الحوار وأهميته: لو كان علي أن أختار اقتراحاً واحداً أضعه كحل لجميع مشاكلنا الزوجية، لاقترحت على الزوجين أن يصغيا لبعض لفترة أطول، إننا معشر الرجال نحتاج أن نفعل ذلك بشكل أكبر، إن مئات بل آلاف الزوجات اللاتي تأتين إلي يشكون دائما من عدم إصغاء أزواجهم إليهن، ويعترفن بأن اللحظة التي يستمع فيها أزواجهن إليهن لهي من أسعد اللحظات، ويكون لها مردود أكثر من رائع على نفسيتهن[1].

إشراقة: يقول الشاعر:

إن المحب إذا أحب حبيبه

صدق الصفاء وأنجزا الموعدا

***

من لانت كلمته

وجبت محبته

---

(1)لا تهتم بصغائر الأمور.

(كيف تحصلين من زوجك على ما تريدين؟)

كثيرًا ما تريد الزوجة من زوجها شيئا وتعلم أن زوجها سيرفض طلبها.. فماذا عساها أن تفعل؟

دعيني أولا أسوق لك تلك القصة الطريفة لابنة الصديق أسماء بنت أبي بكر رضي الله عنهما ومفادها، أن الزبير بن العوام ﷺ كان رجلا شديد الغيرة على زوجته السيدة أسماء بنت أبي بكر رضي الله عنهما، وكانت أسماء مشهورة بحبها للخير وتصدقها، وفي أحد الأيام جاءها بائع متجول يريد أن يستظل بدارها من الحر ويبيع بضاعته، فقالت له أسماء: إن أنا سمحت لك أبى ذلك الزبير -لعلمها بغيرته ﷺ- فتعال إلي والزبير حاضر فاطلب ما طلبت ثانية، فذهب الرجل حتى إذا رآها مع الزبير قال: يا أم عبد الله، إني رجل فقير أردت أن أبيع في ظل دارك. فقالت له: ما لك في المدينة إلا داري!!، فقال لها الزبير محتجًا: ما لك تمنعي رجلاً فقيرًا يبيع إلى كسب، وسمح له أن يبيع[1].

إن السيدة أسماء -رضي الله عنها- استطاعت بحيلة جميلة أن تصنع ما تريد بدون أن تغضب زوجها، فحبها لفعل الخير

---

(1) انظر نص القصة في صحيح البخاري.

وحرصها على رضاء زوجها الغيور دفعاها لابتكار تلك الحيلة.

وعلى كل زوجة محبة لزوجها أن تكون حريصة على رضاه، وأن تتحسس المواضع التي تغضبه فتبتعد عنها. أيضا أحب أن أسوق لكي أيتها الزوجة سرًا هامًا تستخدمينه كحيلة لاسترضاء زوجك ودفعه لتلبية مطالبك وهو:

أن الرجال أكثر استعدادًا لأن يقولوا نعم، إذا كان لديهم الحرية في أن يقولوا لا.

أختي الزوجة.. إن محاولة الحصول على أي شيء من الزوج بأسلوب يراه الزوج إجباريًا يدفعه غريزيًا إلى رفض ذلك الشيء، فالزوج يكره القيود ومبدأ الرأي المفروض من الزوجة.. **فالمفروض لدى الزوج مرفوض.**

وكلما استطعت أختي الزوجة أن تشعريه بأن لديه الحرية في رفض أو قبول مطالبك، كانت فرصتك في القبول أكبر.

وإذا حدث ورفض الزوج لك طلباً فيجب أن تتعاملي بفطنة مع هذا الرفض حتى وإن آلمك، فالاستهجان والغضب لن يكون رد فعل رزين حينذاك، بل ابتسامتك، وقولك لا عليك، حسناً كلامك يطاع، سيشعر الزوج بمدى عظمتك وتقديرك له ولقراراته ونادراً ما يرفض الزوج نفس الطلب أو أي طلب آخر في المرات القادمة.

جس الطبيب يدي جهلاً فقلت له إن المحبة في قلبي فخل يدي

واليكِ طريقة سقراط في كسب الراي والتأييد:

فلقد سئل سقراط كيف استطاع أن يكسب قلوب الناس ويدفعهم إلى الإيمان بفكرته وتلبية مطالبه فقال: (كنت أطرح الأسئلة التي أثق أن الطرف الآخر سيجيب عليها بكلمة (نعم.. صحيح.. أصبت) وأستمر على هذا المنوال حتى يتعود الشخص الذي أمامي على كلمة نعم، فأبدأ بطرح وجهة النظر التي أظن أنهم قد يختلفون معها فيكون سهلاً جدًّا أن يوافقوني عليها)، وهذا من الحنكة والذكاء الذي كان يمتلكه هذا الرجل الذي عاش قبل أربعة عشر قرناً من الزمان، وله نصيحة هامة يحتاج إليها كل من يريد كسب تأييد الآخرين وأنت بها أولى وهي (إذا أردت أن تجعل الناس صفوفاً وراء أسلوبك في التفكير.. فاحرص على أن يقول لك هؤلاء نعم.. نعم.. نعم.. كلما طرحت عليهم أفكارك).

* * *

يقول الشاعر:

وما ليَ لا أثني عليكَ، وطالما

وفيتَ بعهدي والوفاءُ قليـــلُ

وأوعدتني حتى إذا ما ملكتني

صَفَحْتَ، وصفحُ المالكـينَ جميلُ

إن النفس البشرية قد فطرت على حب المديح والثناء، وإنها لتتألم حينما تفعل الخير ولا تجد من يقدرها ويمتدح ما فعلته، فالمديح مطلب إنساني يحتاجه جميع البشر، وفي الحديث أن (من لا يشكر الناس لا يشكر الله)، وللأسف فغالب الناس لا يشكرون بعضهم البعض، ومن ثم لا يشكرون ربهم وخالقهم، ولقد وصف رب العزة عباده الشاكرين بأنهم قلة فقال: ﴿وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ﴾ [سبأ: 13]. والأحرى بالزوجين أن يشكر كل منهما الآخر ويمدح طيب فعاله إرضاء لله جل وعلا.

من أحب شيئاً أكثر من ذكره

وأبدع في وصف خصاله

كما يعد المديح والثناء سببًا من أسباب السعادة الزوجية وأسلوبًا من أساليب المحبة ويمكن استخدامه لأغراض كثيرة منها:

* تقويم السلوك الخاطئ، فالنصيحة دائماً ما

تكون قاسية، فإذا غلفناها بثوب من الإطراء، ودعمناها بعبارات الثناء أصبح تقبلها لدى الطرف الآخر مستساغاً ومقبولا.

- أيضا المديح تأكيد لأهمية الممدوح، واعترافًا بفضله وتقديراً لذاته، ويشجعه على العطاء والنمو.
- كما أن مديح الزوج لزوجته يشعرها بالطمأنينة وبأنه يحبها ويقدرها.
- كذلك مديح الزوجة لزوجها يعطيه شعوراً بأنة مرغوب وأن الطرف الآخر يثق به ويحترمه.

ولقد كان رسول الله ﷺ يدرك أهمية المديح وقوة تأثيره في الأشخاص، فكان يعطي للمحيطين به ألقابًا تشجعهم وتحفزهم وتزرع الثقة في نفوسهم والسيرة النبوية مليئة بالأمثلة نذكر منها:

- مثل عائشة على النساء كمثل الثريد على الطعام..
- خالد سيف من سيوف الله سله على أعدائه..
- لو كنت متخذاً خليلاً لاتخذت أبا بكر خليلا..
- لو سلك عمر فجًا لسلك الشيطان فجًا آخر..
- الحسن والحسين سيدا شباب أهل الجنة..
- زينب أطولكن يدا[1]..

---

(1) كناية عن كرمها رضي الله عنها.

- عثمان رجل تستحي منه الملائكة..

- علي رجل يحبه الله ورسوله....

والأمثلة أكثر من أن نحصرها في أسطر، ولكننا نتعلم منها أن توزيع الألقاب الرنانة والتي تدل على تقديرنا للشخص الآخر يجعلنا محبوبين ويشعره كذلك بأهميته لدينا..

ولكل شخص مهما كان سيئًا حسنة أو أكثر نستطيع أن نحمده عليها ونشيد بها، لعلها تكون بداية لإصلاحه ومدخل لتوجيهه وقديما قال الشاعر:

خزائنُ الحمدِ لا تفنى إذا فنيـــتْ

خزائنُ المالِ واختلتْ مرابعُه

فكنْ حريصاً على كسبِ الثناءِ فما

يبقى سواه إذا لم يبقَ جامعُه

نصيحة..

إذا أردت أن تسعد زوجتك فحدثها كل يوم عن صفة حسنة اكتشفتها فيها.

الابتسامة

أقل كلفة من الكهرباء

وأكثر منها إشراقًا

قال لي محتجاً: لا تحاول إقناعي بأن ألعب دور روميو وأقول لزوجتي في ذهابي وإيابي: أحبك، أشتاق إليك، أعشقك وغيرها من كلمات الغزل التي أشاهدها في التلفاز.

فقلت له بهدوء: لن أطالبك بأن تكون روميو فهو شخصية خيالية، ولا أريدك أن تقلد ما تشاهده في التلفاز، ولكني أطالبك أن تصحح مفاهيم خاطئة لديك، فاعتقادك بأن كلمات الغزل وعبارات الحب خاصة بالمراهقين وحديثي الزواج خطأ كبير، ولك في رسول الله أسوة حسنة، ذلك النبي العظيم الذي كان يتصل بالسماء ويحمل همَّ الأمة بأكملها كان يلاعب زوجته ويلاطفها ويسابقها ويلقي على مسامعها كلمات الحب والتقدير.

فقال لي في خجل: ولكن مشاغل الحياة وطلب الرزق والمسئوليات الملقاة على عاتق الواحد منا جعلت الشخص منا محملاً بالهموم وغير مهيأ لتبادل كلمات الحب والغزل مع زوجته؟!

فقلت مستعجباً: سبحان الله!! هل تريد أن تقنعني أنك مشغول أكثر من نبيك، وأن المسئوليات التي ترهقك أكثر من تلك التي كان يحملها الرسول ﷺ، يا رجل إن المسألة مسألة عدل فكما أن لربك وبدنك عليك حقًا فلزوجتك عليك حق، ليس حقها فقط في توفير المال والملبس والسكن، بل لها حق في قلبك بأن تفسح لها

فيه مكانًا، ولها حق في أذنك بأن تستمع إليها بلا ضجر، ولها حق في حديثك بأن تلاطفها وتتجاذب معها أطراف الحديث..

وانظر للكوارث التي نشاهدها كل يوم وتخبرنا بها الصحف، لترى كم من زوجة وقعت في الحرام؛ لأنها تفتقد الحب من زوجها، وكم من زوجة خدعها ذئب بكلامه المعسول والذي لم يسمعها زوجها مثله، انظر لترى خطورة ما أخبرك به.

ولك نصيحتي الأخيرة: ارو ظمأ زوجتك فهي تشتاق إليك.. وإن لم تفعل تكون ظالماً لها أمام الله، وأنا أعيذك أن تكون من الظالمين.

وللزوجة كذلك أقول: عيشي مع زوجك وليس عنده، عيشي معه تساندينه وترفعينه وتشجعينه، ولا تعيشي عنده فتكونين جسداً بلا روح، يراكِ ولا يشعر بك، عيشي معه لتوجهي الشراع إلى الوجهة الصحيحة، لا لتكوني كمالة عدد، وضرورة من ضرورات الحياة، عيشي معه فتزيني وتدللي، شاركيه الرأي، وانصريه في حربه، وخففي عليه أحزانه، وكوني له أمًّا وأختًا وصديقة.

* * *

الحب يوجب شوقًا
والشوق يوجب أنسًا
فمن فقد الشوق والأنس
فليس بمحب

25 طريقة تعبر بها عن حبك لزوجتك

ظَهَرَ الهوى وتهتكتْ أستارهُ

والحبُ خيرُ سبيلهِ إظهارهُ

* قبل أن أفرد لك بعض الطرق التي تعبر بها عن حبك لزوجتك، دعني أصارحك بشيء هام وهو أن لكل زوجة مفتاحها الخاص الذي يستطيع الزوج من خلاله أن يصل لقلبها ويفتحه به، ومن ثم ينشر عبق محبته بين أرجائه.

.. فهناك زوجة تفرحها الهدية، وأخرى تعشق اللمسة الحانية، وثالثة تسعد عندما تشاركها أعمال البيت، ولقد أضحكني قول إحدى النساء: إني أعشق زوجي حين يكون معي في المطبخ أكثر مما نكون في جلسة شاعرية!!. فلكل امرأة تصور خاص عن الحب يختلف حسب اختلاف نمط الزوجة، وإدراك هذا النمط يوفر عليك جهداً في محاولات كثيرة للتعبير عن حبك، فقد تحضر هدية غالية وزوجتك لا تريد إلا لمسة حانية وكلمة حب، وقد يكون تعبير الحب لدى زوجتك بأن تحضر لها الفستان الذي رأته في إحدى المحلات وبذلك ترى الوردة التي اشتريتها خصيصاً من أجلها وحافظت على أن تصل بنضارتها إليها هدية سخيفة، وهكذا..

بيد أن هناك بعض المهارات التي تهواها معظم النساء والتي تحتاج أن تتقنها وتتنوع في استخدامها حتى تكسب قلب زوجتك وتسعدها

أذكر منها 25 مهارة:

1- لاطفها وتبسم في وجهها معظم الوقت.

2- أسمعها كلاماً معسولاً تحبه كـ (أحبك.. أعشقك.. أشتاق إليك وأنا في العمل.. تفديك عيوني..)، تغزل فيها دائما، وانظر لهذا الزوج العاشق إذ يقول:

لي في محبتكم شهود أربـــــع وشهود كل قضية اثــــــنان

خفقان قلبي واضطراب مشاعري ونحول جسمي وانعقاد لساني

واسمع لآخر يجهر بحبه:

لقد ثبتت في القلب منك محبة كما ثبتت في الراحتين الأصابع

3- أشعرها بغيرتك وخوفك عليها، وانظر لقول الشاعر يعلن غيرته لزوجته قائلاً:

أغار عليك من عيني رقيـــب ومنك ومن زمانك والمكـــان

ولو أني جعلتـــك في عيـوني إلى يوم القيامة مـــا كفـــاني

4- اتصل بها وأنت في العمل لا لتسألها عن الغذاء بل لتقول لها كلمة واحدة.. أحبك.

قال رسول الهدى: إذا أحب أحدكم أخاه فليخبره

5- راعِ حالتها النفسية وقت الدورة والنفاس، وعند مواجهتها للمشاكل والمصائب.

6- كنها باسم ظريف يسعدها، وتكون أنت

الوحيد الذي تناديها به.

7- امدحها أمام أهلها، واشكرهم على حسن تربيتهم لها، وأخبرهم بالصفات الطيبة التي اكتشفتها فيها.

8- استمع إليها وانزل على رأيها إن كان صوابًا، ولا تسفه رأيها إن لم يعجبك.

9- ساعدها في أعمال البيت.

10- فاجئها بهدية طلبتها منك، ولم تحضرها لها في حينها.

11- أحضر لها هدايا ولو بسيطة، لكن فيها مدلول الحب كبطاقة حب أو وردة أو نوع من الحلوى تحبه.

12- فاجئها بأن أعددت رحلة جميلة يوم الإجازة.

13- امدح ملابسها وعطرها، وكن لَمّاحًا لأي شيء جديد فعلته أو قامت بترتيبه واثني عليه.

14- امدحها أمام معارفها وخصوصًا صديقاتها.

15- إذا أخطأتْ ـ ومن منا لا يخطئ ـ فاغفر واصفح، ولا تذكرها بخطئها بين الحين والآخر.

16- لا تبخل عليها بالمال، وأعطها قبل أن تطلب.

17- قبلها وأنت ذاهب إلى العمل.

18- أشركها في طموحاتك وأحلامك، وخذ رأيها في القرارات المصيرية.

19- إذا أعطتك هدية، فانقل لها مديح أصدقائك عليها.

20- لا تأكل حتى تحضر إلى المائدة وتجلس، وأطعمها بيدك.

21- قم أنت بإعداد الطعام وتنظيف المائدة إذا شعرت أنها مريضة أو منهكة.

22- عندما تتحدث معك اترك ما يشغلك وانتبه إليها.

23- قبل خروجك اسألها إن كانت تريد شيئًا من الخارج.. ولا تنس إحضاره.

24- تزين لها، وتعطر.. وكن معها كما تحب أن تكون معك.

25- حاول جاهدًا أن تكون رقيقًا وعطوفًا ومحبًا معها في الأماكن العامة أو عند وجود غرباء.

نصيحة: لا تحرم زوجتك كل ما تطلب فتتمرد عليك، ولا تعطها كل ما تطلب فتستعصي عليك، ولكن احرمها حين يكون الحرمان تأديباً، وأعطها حين يكون العطاء ترغيبا[1].

***

(1) هكذا علمتني الحياة - د. مصطفى السباعي.

20 طريقة تكسبين بها قلب زوجك

وأنت أيتها الزوجة الطيبة لك أن تعلمي أن رضا زوجك هو مفتاح سعادتك في الدنيا والآخرة، والزوجة التي تنام وزوجها عنها غير راضٍ باتت تلعنها الملائكة حتى تصبح كما أخبرنا رسول الله ﷺ، وكما أن زوجك مطالب بأن يوفر لك الحياة السعيدة وهو في سبيل ذلك يكد ويتعب ويضرب في الأرض، أنت أيضًا عليك حقوق لا بد أن تؤديها وأولها إسعاد ذلك الزوج وإرضاؤه وتخفيف همه وإقالة عثرته وتشجيعه، ولقد جمعت لك 20 مهارة تستطيعين أن تكسبي بها قلب زوجك وتشعريه من خلالها بحبك له ورغبتك فيه وثقتك بقيادته لسفينة حياتكما نحو بر الآمان وهي:

1- استخدمي الكلمات التي تدل على ثقتك به مثل (أنت لها.. أنا معجبة بطريقة تفكيرك، معك أشعر بالأمان).

2- البسي الملابس التي يحبها، وتزيني له وتعطري، ولا يشمن منك إلا الريح الطيبة.

3- انتظريه عند عودته من العمل وأنت متزينة له، ولا تقابليه بحفنة من المشاكل التي قابلتك طوال اليوم ابتسمي فالزوج بعد يوم طويل يعود لبيته ليرتاح نفسيًا وجسديًا.

يطول اليوم لا ألقاك فيه   وعام نلتقي فيه قصير

4- احترميه أمام أهله، أو في وجود غرباء.

5- اشكريه على ما يبذله من جهد من أجل إسعادك قال رسول الله ﷺ: (لا ينظر الله إلى امرأة لا تشكر لزوجها وهي لا تستغني عنه)[1].

6- إذا مر بضائقة مالية فلا ترهقيه بمطالبك، وكوني عونًا له على شدته.

7- لا تتمنعي عنه إذا طلبك للفراش، وأشعريه بمدى سعادتك وأنت معه.

8- احترمي أهله وخاصة أمه ولا تذكريهم إلا بالخير.

9- تباهي به أمام الأهل والأصدقاء، واستشيريه أمامهم وأثني على رأيه.

10- أشعريه برجولته واعملي بالحكمة القائلة (كوني له أمة يكن لك عبداً).

11- إذا غضب فسارعي بإرضائه.

12- لا تشككي فيما يقول.

13- إياك ثم إياك أن تقارني بينه وبين غيره ولو بالمزاح.

14- إذا أردت منه شيئا فتخيري الوقت المناسب والمكان المناسب.

وطن الزوجة زوجها

(1)رواه النسائي وصححه الألباني.

15- أشعريه أنه الأول في حياتك، وقدمي رغبته على رغبة أي شخص آخر ولو كان والديك..

16- ازرعي هيبته في نفوس أبنائكما، وأشعريه أنه محور حياتكما.

17- اقتصدي في الميزانية، فالزوج يحب الزوجة العاقلة المدبرة التي توفر حاجيات البيت بلا تبذير.

18- إذا حباك الله بالعلم أو المال أو الذكاء، فلا تتكبري بهما على زوجك واستعيضي عنهما بمظاهر الحب والتقدير والإخلاص.

19- ليكن الصدق رائدك، فالزوج لا يثق في الزوجة الكاذبة.

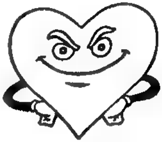
20- لا تقاطعيه، واصمتي حين يحب السكون.

وقفة .. تدللي وتزيني، ولا تظني أنك امتلكت زوجك بعد عقد القران، وأنه قد مضى وقت التزين وإبراز المفاتن، فقد يملك ويزهد فيك، بل كوني مثيرة له في كل شيء، كوني له عارضة أزياء متجددة، افتنيه بملابسك وعطرك، ورسائلك إن اقتضى الأمر، تكحلي له، وتعلمي حركات التمنع وأصول الدلال، واحتسبي الأجر ففي تزينك لزوجك صدقة، ولا ترددي أبدًا في مغازلته، وانظري لهذه الزوجة التي تداعب زوجها فتقول:

صبحته عند المساء فقـــال لي ماذا الصباح وظن ذاك مزاحًا

فأجبته إشراق وجهك غــرني حتى تبينت المساء صباحًا

وأخرى تودع زوجها عند ذهابه للعمل فتقول له (خيالك في عيني.. وذكراك في فمي.. ومثواك في قلبي.. فأين تغيب؟؟).



إشراقة:

سألت إحداهن السيدة عائشة رضي الله عنها عن الزينة والتجمل فقالت لها: (إن كان لك زوج فاستطعت أن تنزعي مقلتيك فتضعيهما أحسن مما هما فافعلي).

* * *

الكلمة الطيبة
هي عطر
اللسان

الفصل الثالث

إبحار ضد التيار

(المشـــكلات الزوجية)

مدي يـــديك لمدنـــة المشـــتاق	ما زال يرسم لوحـــة الإشـــراق
لا تتركيه على الشواطئ حائرًا	والموج يســـحبه إلى الأعمـــاق
عودي إليه فإنَّ حبـــك لهفـــة	مغروســـــة في قلبــــه الخفـــاق
تسقى بأنهار العفـــاف وحولهـــا	بنيت قـــلاع تقـــارب وتـــلاق
لا تتركيـــه يعـــيش في دوامـــة	تبني له في الوهم عشـــر طبـــاق
ريحانة القلب اقرئي ما سطرت	أقلام أحـــزاني علـــى أحـــداقي
وارعي مواثيـــق المـــودة إنمـــا	طبـــع الـــوفي رعايـــة الميثـــاق
ليس الخلاف هو النهاية بيننـــا	كم من خلاف كان درب وفاق

لا يوجد بيت على وجه الأرض إلا وتهب عليه ريح الخلاف، ولا يوجد زوجين متفقان كليًا، وقد وضع د. تيرمان -الأستاذ بجامعة ستانفورد- وعدد من زملائه قائمة تضم ما يقرب من ستين منغصًا من المنغصات التي ينسبها الأزواج والزوجات بعضهم لبعض، ولكن ليس في هذا ما يدعو للانزعاج والخوف، بل إن أي حياة زوجية لا تحدث فيها خلافات قط، تستوجب منا الدراسة والبحث. إن الخلافات الزوجية شيء طبيعي ولا بد من حدوثها[1]. وإذا كانت الحقيقة تؤكد على أن المشكلات الزوجية جزء من حياتنا اليومية إلا أن تعامل الأزواج والزوجات معها هو مبحث حديثنا، فهناك من يستطيع أن يحولها لفوائد ويستخرج من المحنة منحة، ويستشعر أنه لولا الخصام ما كان الرضا، ولولا الإعراض ما عرف الدلال، ولولا الدفع ما كانت الحركة، ويقول كما في المثل الإنجليزي: تجربة آلمتني تجربة علمتني، فيحتوي المشكلة ويخرج منها بفوائد وخبرات تعينه في حياته القادمة، وهناك صنف آخر يعشق العيش في عالم تحكمه حالة طوارئ قصوى فلا يستطيع احتواء مشكلة أو يغض الطرف عن هفوة، وتراه يعظم الشيء الصغير ويستسلم لريح الغضب..

تذكر: المشاكل تطرق كل باب ولكن تعاملك معها هو الذي يطردها أو يسمح لها بالدخول

(1)نقلا عن تحفة العروس لمحمود مهدي الإسلامبولي.

ويكون هو الخاسر الأول وتصبح حياته جحيماً لا تطاق..

وللخلافات الزوجية أسباب محورية وهي:

1- **الاختلاف الفطري:** فللرجل صفات تختلف عن المرأة وطريقة حديثة وأسلوبه في استَعراض وحل المسائل تختلف عن المرأة، وهذا الاختلاف الفطري من أهم مسببات المشاكل الزوجية.

2- **سوء خلق أحد الزوجين:** فإذا كان أحد الزوجين معوج السلوك اشتعلت المشاكل الزوجية وكثرت.

3- **مرور أحد الزوجين أو كلاهما بظروف عصبية:** كمرض أو دين أو فقدان عزيز.

4- **الفهم الخاطئ لطبيعة العلاقة الزوجية،** ومطالبة أحد الطرفين ـ وخاصة الزوج ـ الطرف الآخر بالدوران حوله، وإلغائه لشخصيته وعدم التعامل معه كمحور مستقل له طبيعته الخاصة.

5- **جهل كل طرف بحقوق الطرف الآخر.**

6- **غياب التفاهم حيال المعاشرة الجنسية:** وهذه من أخطر المشكلات التي تواجه الزوجين وتنبع خطورتها من أنها مسألة يخجل معظم الأزواج والزوجات من الحديث عنها[1].

تعد هذه هي أبرز المحاور التي تنشأ منها المشكلات الزوجية

---

(1) تحدثنا بشيء من التفصيل عن هذه المشكلة في الفصل الخامس انظر أنات المحبين.

وقلما تبتعد عنها، ونجد أن معظم المشاكل التي يشكو منها الزوجين تندرج تحت هذه المحاور كـ (تدخل الأهل المستمر، القسوة، الأنانية) كلها تنبع إما من الفهم الخاطئ أو جهل الحقوق أو سوء الخلق.

ولقد عدد المختصون 4 أنواع للمشاكل الزوجية هي:

*الظاهرة (كالضرب والإهانة المباشرة)

* الخفية (كالغضب والحنق)

* العابرة (كالسخرية والاستهزاء)

* الدائمة (كالبخل والعصبية)

كيف تتكون المشكلة؟

طلبت مريم من زوجها عماد أن يشتري لها ثوبًا رأته في إحدى المحلات، لكن عماد والذي كان ذهنه مشغولا بالسيارة التي يريد شراءها والتي ستساعد الأسرة في تنقلاتها رفض طلب مريم وبرر رفضه بالسيارة وأنه يجب أن يضغطا احتياجاتهما إلى أقصى درجة، وبسبب رفض عماد لطلب مريم أصيبت الأخيرة بالغضب والحنق على عماد، وأخذت تحدث نفسها أن عماد دائما ما يرفض طلباتها، وأنه يهملها مرارًا، ثم أخذت تستدعي الشواهد التي تؤكد وجهة نظرها وتفسر أفعال عماد معها الفترة السابقة لتخدم التصور الذي في ذهنها، وبناء على تلك الأحاسيس الحانقة

أعقل الناس أعذرهم للناس

تعاملت مريم مع عماد بحنق وفتور، مما أغضب عماد ودفعه ليعاملها بالمثل، ولم يمض وقت كثير حتى انفجرت مشكلة في حياتهما فأصابتها بهزة.

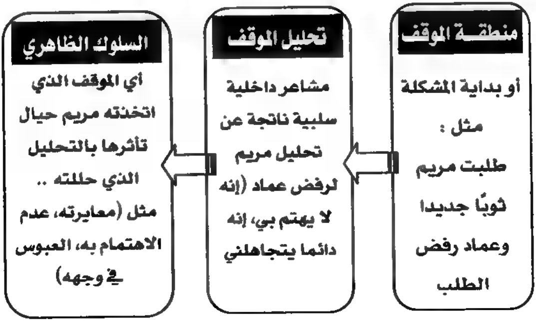
نخرج من هذا الموقف قائلين بأن هناك ثلاث مراحل لتكون معظم مشاكلنا الزوجية وهي:

1-الموقف الذي استدعى المشكلة.

2- الحالة الداخلية للزوج أو الزوجة، وكيفية تفسير الموقف.

3- السلوك الظاهري أو انعكاس الحالة الداخلية على هيئة موقف.

والشكل الذي أمامنا يوضح المراحل الثلاث لتطور المشكلة..



* ومشكلة عماد ومريم كثيرا ما تتكرر في بيوتنا.. تطلب الزوجة شيئا معينا، ويرفض الزوج بدون إبداء أسباب، أو لعدم اقتناع الزوجة بالأسباب، فتبحث عن تفسير لهذا الرفض كقولها إنه لم يحضر لي هذا الشيء؛ لأنه يكرهني مثلاً أو هو لا يعبأ بي ولا بمطالبي، ثم يكون هناك رد فعل ملحوظ، وسلوك ظاهري كالنفور من الزوج أو محاولة عمل شيء يضايقه.

وهذه المشكلات نستطيع أن نتجنبها إذا راعينا التالي:

1- تقديم النية الحسنة دائما، والتماس الأعذار للطرف الآخر، فالظن يحيل السهل صعبا ، ورحم الله شوقي إذا يقول :

والظنُ يأخذُ من ضميركَ مأخذاً

حتى يريكَ المستقيمَ مُحالا

2- التحكم في ردود أفعالنا حتى لو رأينا في كلام الطرف الآخر استفزازًا. ونتذكر قول الله تعالى: (والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس).

3- التحدث وبهدوء عما يعتمل في نفوسنا، وتقبل تبرير الطرف الآخر، وعدم كتمان المشاعر السلبية في صدورنا حتى لا تنمو وتتضاعف.

النزاع الطويل
يعني أن كلا
الطرفين على خطأ

الملفات المفتوحة

حسبُ المسيء شعوره ومقاله   في سره يا ليتني لم أذنب

ها قد وقعت المشكلة.. فهل هناك طريقة مثالية نعالج بها مشكلاتنا الزوجية؟

يجب أولاً وقبل الشروع في إجابة هذا السؤال أن أبين أكبر خطأ يرتكبه الزوجان ويكون سبباً في تطور مشكلاتنا الزوجية. ألا وهو ترك الملفات مفتوحة، فعندما تحدث مشكلة صغيرة يتناقش فيها الزوجان ويحتدم النقاش ثم ينتهي بدون حل لهذه المشكلة، ثم مشكلة أخرى صغيرة وتنتهي بدون أن يحسمها الزوجان وثالثة ورابعة وعاشرة، حتى تأتي اللحظة الحاسمة والتي تكون عادة في حوار ساخن وإذ بالزوجين يخرجان ملفاتهما التي تركت دون طي أو إغلاق، وتصبح المشكلة مشكلتين وثلاثًا وأربعًا وتزيد بزيادة عدد الملفات المفتوحة.

إن عدم حسم المشكلات اليومية -الصغيرة منها والكبيرة- واتخاذ قرارات بشأنها يجعل في صدر الزوجين أو أحدهما شحنة من الحنق قد تنفجر في أي لحظة مفاجئة.

ولكي نتغلب على هذه المشكلة الخطيرة يجب علينا إغلاق جميع الملفات وإنهاء مشكلاتنا بشكل نهائي، وعدم الرجوع إليها، ويكون ذلك إما في جلسة مصارحة بين الطرفين أو في وقت يرى

الطرف الراغب في الحديث تقبلاً من الطرف الآخر.

- الخطوات الذكية في حل مشكلة زوجية:

1- الخطوة الأولى التي يجب أن تتخذها عندما تواجهنا مشكلة نرغب في حلها هي البحث فيما وراء الظواهر فكثير من الأسباب الظاهرة للمشاكل الزوجية تكون مجرد قشور وبالفحص الدقيق نجد أن المشاكل الرئيسية غير ما هو واضح، فقد يتشاجر الزوجان بسبب عدم تجهيز العشاء في موعده، ولكن أصل المشكلة أو الدافع إلى المشكلة قد يكون شيء آخر.

إننا وللأسف وبسبب غياب الصراحة من حياتنا الزوجية قد نغلق قلوبنا على حنق للطرف الآخر، وننتظر هفوة أو خطأ لنجعلها فرصة لتفريغ هذه المشاعر السلبية، يقول أحد القضاة : (لقد عايشت الآلاف من المشاكل التي يطلب فيها الزوج أو الزوجة الطلاق معظمها أو قل كلها إلا القليل كانت لأسباب أقصى ما توصف به أنها تافهة، وعند التحاور مع الطرفين وجد أن الأسباب خلاف ما هو ظاهر للناظر).

ويمكننا وببساطة تفادي حدوث مثل هذه المشكلات بقليل من الصراحة والوضوح بين الزوجين. ويجب أن ندرك جيداً أن المُحب الصادق لا يبطن بداخله حنقاً للطرف الآخر، فالحب لا يرضى أن يحل في قلب تتناهشه أنياب الغيظ.

من تتبع خفيات العيوب حُرم مودات القلوب

2- اختيار الوقت المناسب للحديث في المشكلة: إن المشكلة تتطور وتأخذ أكبر من حجمها الحقيقي إذا أثيرت في وقت غير مناسب، فموعد رجوع الزوج إلى منزله مثلاً بعد عناء يوم طويل من العمل المتواصل ليس وقت للحديث في المشكلات أو لاتخاذ قرارات حاسمة. كذلك الوقت الذي يقضيانه الزوجان في غرفة نومهما، أو الوقت الذي يكون فيه مزاج الطرف الآخر مشغول أو غير قابل للحديث. فاختيار الوقت المناسب والذي يشعر فيه كل طرف أن الطرف الآخر متقبل للحديث وللصراحة مهم جدًا في تجنب المشكلة.

ملحوظة: قد تقول عزيزي القارئ إن المشكلة قد تحدث على غير المتوقع، أو إن الزوجين قبل الحديث لا يكونان مدركين للنهاية التي قد يؤل إليها الحوار، وهذا حقيقي، ولكن عندما يكون لدينا رغبة حقيقة في احتواء المشكلات التي تعترضنا في حياتنا الزوجية نستطيع أن نتعامل بسلاسة مع تطورات المشكلة، ولا نسمح لها بأن تخرج عن حجمها الطبيعي وتأجيل الحديث عنها لوقت لاحق، فيمكن للزوجة أن تقول لزوجها إذا وجدت أن الوقت غير مناسب للحديث في المشكلة (أرى أنك مجهد فلنؤجل حديثنا لما بعد) أو (أراني مشتتة الآن لنتحدث فيما بعد) مع الوضع في الاعتبار الأسلوب الذي تقول به هذه العبارة فقد تقولها بأسلوب يجعل الزوج يسمعها (أنت غير جاهز للنقاش، فلنؤجل الحديث) أو (أنا غير جاهزة لتصديع رأسي لنتحدث فيما بعد)، وهذا أيضًا ينطبق على الطرف الآخر.

3- التركيز على المشكلة وعدم إثارة مشكلات أخرى سابقة.

4- استبدال أنت بأنا، عندما يخاطب أحد الزوجين الطرف الآخر بكلمة أنت في حوار ساخن يكون الطرف الآخر في حالة تأهب لأن كلمة أنت في حد ذاتها تعد تهمة أو مقدمة لاتهام قادم، فمثلاً من الممكن أن يقول الزوج (أنا حزين لعدم اهتمامك بمطالبي) بدل من (أنت لا تهتمي بمطالبي) أو (أنا أريدك أن تفعلي كذا وتهتمي بكذا) بدل من (أنت لا بد أن تفعلي وتهتمي).

5- استحضار مشاعر الحب ليكون لها دور في حل المشكلة، فالزوج الغاضب من زوجته من الأفضل أن يقول لها: (لأني أحبك لا أريدك أن تفعلي كذا وكذا) أو تقول الزوجة لزوجها: (أنت لا تدري كم أحبك ولذلك يؤثر هذا الشيء في).

6- ترك المجال للطرف الآخر للتراجع والاعتذار وعدم إحكام الحصار حوله، ولا يكون الهم الأول هو الخروج منتصرًا من الحوار.

7- الاتفاق على تدخل شخص ثالث بشرط أن يرضى عنه الزوج والزوجة، ويحترمانه ويحترمان رأيه.

8- الصبر والعمل على الإصلاح بالتدرج والممارسة والإيحاء وقد جاء في الحديث الصحيح (إنما الحلم بالتحلم، وإنما العلم بالتعلم، ومن يتبغ الخير يلقه ومن يتق الشر يوقه).

ليس هناك خطأ أعظم من عدم الاعتراف بالخطأ

9- التغافل عن الأخطاء.. إن التغافل عن

الأخطاء يكون تأثيره في سير الحياة الزوجية كتأثير الزيت في الماكينة يعطيها المرونة لتستمر في الدوران بلا صعوبة أو عطب.

إن التغافل يقتل الفتنة في مهدها ويذبح المشكلة قبل تكوينها، وما التغافل إلا الترفع عن الصغائر والأنفة من سفاسف الأمور وغض الطرف عن الهفوات واللمم، ولذلك ينصحنا الإمام أحمد بن حنبل قائلاً: تسعة أعشار حسن الخلق في التغافل.. ويؤكدها الإمام حسن البصري بقوله: ما زال التغافل فعل الكرام.

أيها الزوجان: من أجل الحب الذي يجمعكما تغافلا قليلا واعلما يقينا أنه..

ليس الغبي بسيد في قومه   لكن سيد قومه المتغابي

يقول الشيخ محمد الغزالي -رحمه الله- ما منا أحد إلا وفي طباعه هنات تتطلب الستر والغفران.

ومن زعم أنه رزق الكمال، ومن زعمت أنها تمت فلا يعيبها ظاهر ولا باطن، فكلاهما موغل في الوهم.

ولو كان الزوجان صديقين فلا بد لدوام الود من غض الطرف وسؤال الله الحفظ.(1)

ولقد قرأت كلاما أعجبني أحب أن أسوقه لكل زوجين، كي

---

(1) فن الذكر والدعاء عند خاتم الأنبياء.

يتعلما منه [1].

يا ليت الرجل ويا ليت المرأة، كل منهما يسحب كلام الإساءة وجرح المشاعر والاستفزاز، يا ليت أنهما يذكران الجانب الجميل المشرق في كل منهما، ويغضان الطرف عن جانب الضعف البشري في كليهما.

إن الرجل إذا عدد محاسن امرأته، وتجافى عن النقص، سعد وارتاح، وفي الحديث (لا يفرك مؤمن مؤمنة، إن كره منها خلقاً رضي منها آخر) ومعنى لا يفرك: لا يكره ولا يبغض.

من ذا الذي ما ساء قط ومن له الحسنى فقط

من الذي ما نبا سيف فضائله ولا كبا جواد محاسنه: (ولولا فضل الله عليكم ورحمته ما زكى منكم من أحد أبدا).

أكثر مشاكل البيوت من معاناة التوافه ومعايشة صغار المسائل، وقد عشت عشرات القضايا التي تنتهي بالفراق، سبب إيقاد جذوتها أمور هينة سهلة، أحد الأسباب أن البيت لم يكن مرتبًا، والطعام لن يقدم في وقته، وسببه عند آخرين أن المرأة تريد من زوجها أن لا يكثر من استقبال الضيوف، وخذ من هذه القائمة التي تورث اليتم والمآسي في البيوت.

أكثر مشاكل البيوت من معاناة التوافة ومعايشة صغار المسائل

إن علينا جميعًا أن نعترف بواقعنا وحالنا وضعفنا، ولا نعيش الخيال والمثاليات، التي لا

(1) من كتاب لا تحزن للدكتور عائض القرني.

تحصل إلا لولي العزم من أفراد العالم.

نحن بشر نغضب ونحتد، نضعف ونخطئ، وما معنا إلا البحث عن الأمر النسبي في الموافقة الزوجية حتى بعد هذه السنوات القصيرة بسلام.

إن أريحية أحمد بن حنبل وحسن صحبته تقدم في هذه الكلمة، إذ يقول بعد وفاة زوجته أم عبد الله: لقد صاحبتها أربعين سنة ما اختلفت معها في كلمة.

إن على الرجل أن يسكت إذا غضبت زوجته، وعليها أن تسكت هي إذا غضب، حتى تهدأ الثائرة، وتبرد المشاعر، وتسكن اضطرابات النفس.

قال ابن الجوزي في (صيد الخاطر): متى رأيت صاحبك قد غضب وأخذ يتكلم بما لا يصح، فلا ينبغي أن تعقد على ما يقوله خنصرًا -أي لا تعتد به ولا تلتفت إليه-، ولا أن تؤاخذه به فإن حاله حال السكران لا يدري ما يجري، بل اصبر ولو فترة، ولا تعول عليها، فإن الشيطان قد غلبه، والطبع قد هاج، والعقل قد استتر، ومتى أخذت في نفسك عليه، أو أجبته بمقتضى فعله، كنت كعاقل واجه مجنونًا، أو مفيق عاتب مجنيًا عليه، فالذنب لك، بل انظر إليه بعين الرحمة، وتلمح تصريف القدر له، وتفرج في لعب الطبع به.

واعلم أنه إذا انتبه ندم على ما جرى، وعرف لك فضل الصبر عليه.

تعلما الكذب الحلال

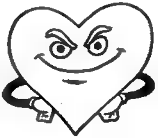
معاتبةُ الإلفينِ تحسُنُ مرةً　　　　فإن أكثروا إدمانَها أفسدَ الحبا

نعم يوجد كذب حلال، يثاب المرء عليه، فعن أم كلثوم بنت عقبة -رضي الله عنها- قالت: ما سمعت رسول الله رخص في شيء من الكذب إلا في ثلاث: (الرجل يقول القول يريد به الإصلاح، والرجل يقول القول في الحرب، والرجل يحدث امرأته والمرأة تحدث زوجها)(1)، والكذب في حديث الزوج لزوجته والزوجة لزوجها، يقصد به الكذب الذي يقوي الحب ويزيل الشقاق، فماذا يضير الزوج في أن يمدح زوجته ويبالغ في مدحها، بل ويمدح طعامها الذي لا يستسيغه وترتيبها للبيت وإن كان فيه نقص، وماذا يضر الزوجة أن تمدح زوجها وتخبره بسعادتها وحبها له وتبالغ إن شاء الأمر، وأعجب ما سمعته عن الكذب المباح قصة (أبو غرزة) والتي حدثت في عهد أمير المؤمنين عمر بن الخطاب ﷺ وأحداثها أنه كان هناك رجل يقال له (أبو غرزة)، وكان متهمًا بأنه يكثر من تطليق نسائه، بسبب وبدون سبب، وفي يوم من الأيام أخذ (أبو غرزة) بيد صديق له يدعى (ابن الأرقم)، وجعله يستمع إلى الحوار الذي دار بينه وبين زوجته دخل (أبو غرزة) على امرأته، فقال

كل كلمة سيئة لها في قاموسنا مئات الكلمات الطيبة التي تؤدي نفس المعنى

(1)رواه البخاري.

لها: أنشدك بالله هل تبغضيني؟ قالت: لا تنشدني، قال (أبو غرزة): فإني أنشدك الله، هل تبغضيني؟ قالت: نعم، فقال (أبو غرزة) لابن الأرقم: هل تسمع؟ ثم انطلقا إلى عمر، فقال (أبو غرزة) له: إنكم لتحدثون أني أظلم النساء وأخلعهن، فاسأل ابن الأرقم، فسأله عمر، فأخبره بالذي سمعه من زوجة (أبي غرزة)، فأرسل عمر إلى امرأة (أبي غرزة)، فجاءت هي وعمتها فقال: أنت التي تحدثين لزوجك أنك تبغضينه، فقالت: إني أول من تاب وراجع أمر الله تعالى، إنه ناشدني فتحرجت أن أكذب، أفأكذب يا أمير المؤمنين؟ **قال: نعم فاكذبي، فإن كانت إحداكن لا تحب أحدنا فلا تحدثه بذلك، فإن أقل البيوت الذي يبنى على الحب، ولكن الناس يتعاشرون بالإسلام والأحساب**، وفي رواية أخرى قال لها عمر: بلى فلتكذب إحداكن ولتجمل، فليس كل البيوت تبنى على الحب، ولكن معاشرة على الأحساب والإسلام.



إشراقة:

الحد الفاصل بين سعادة الزوج وشقائه هو أن تكون زوجته عوناً له على المصائب أو عوناً للمصائب عليه[1].

(1)هكذا علمتني الحياة – مصطفى السباعي.

جبلت على كدر وأنت تريدها صفوا من الآلام والأكدار
ومكلف الأيام ضد طباعها متطلب في الماء جذوة نار

الحقيقة التي أود قولها هنا، إنه مهما فعلنا كي نتجنب المشكلات والضغوطات في حياتنا، ستواجهنا المشكلات لا محالة، إنها سنة كونية، ولها من الفوائد، أكثر مما لها من السلبيات، فقط نحتاج إلى بصيرة نافذة لندرك كيف نتلقاها ونهزمها، بدلا من أن نقاومها فتكسرنا، ولعل السؤال الذي يتردد بذهنك عزيزي القارئ، ما هي فوائد المشاكل والضغوطات اليومية؟!

إن الضغوطات التي نقابلها هي التي تنضجنا وتزيد من خبرتنا، والماء يصبح آثنا حتى يحركه حجر، يقول أ. عبد الوهاب مطاوع: استمد الإنسان قدرته على البقاء من قدرته على امتصاص الألم واحتماله[1]، إن المشكلات اليومية التي تواجهنا، هي التي تحرك فينا الرغبة نحو الرقي والعطاء أكثر، إن غضب الحبيب وتمنعه هو ما جعلنا نتقن الرضا، ونحترف الوصال، ونتعلم عذب الحديث والملاطفة، والمشكلات المالية هي التي علمتنا أصول الادخار، والمتأمل معي يستطيع أن يلمح

إن المصائب كثيرًا ما تكون رحمة في ثياب عذاب

(1)أصدقاء على الورق.

تلك العائلة التي تفرقت من زمن وقد جمعها موت أحد أفرادها، والابن المتمرد الذي عرف قيمة والديه حينما تغرب، والزوجة التي عرفت حب زوجها لها حينما أصابها المرض، والإنسان الذي عاد لربه بعد غفلة بسبب مصيبة حلت به، وفي هذا يقول ابن المعتز:

رب أمر تتقيه جر أمرًا ترتجيـــــه

خَفِيَ المحبوب منه وبدا المكروه فيه

فاترك الدهر وسلمه إلى عدل يليه

والله سبحانه وتعالى يعلمنا ألا نصدر الأحكام ضد الحوادث التي تواجهنا، قبل أن نتدبر ما بها من فوائد، فرب منحة تسكن قلب محنة، وعطية استدعتها أزمة. قال تعالى: ﴿**وَعَسَى أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لَا تَعْلَمُونَ**﴾ [البقرة: 216]، إننا يجب أن نقابل المشكلات بقلب مطمئن، ونتعلم فن التوكل على الله، والرضا بما كتبه علينا، ونظن بقضائه ظنًا حسناً، فالله جل وعلا يقول في الحديث القدسي: (أنا عند ظن عبدي بي، فليظن بي ما يشاء) وفي هذا الصدد يقول الشيخ محمد الغزالي -رحمه الله- محركًا العزائم ومستنهضا الهمم: (إن أكثرنا يتبرم بالظروف التي تحيط به، وقد يضاعف ما فيها من نقص وحرمان ونكد، مع أن المتاعب والآلام هي التربة التي تنبت فيها بذور الرجولة، وما تفتقت مواهب العظماء إلا وسط من ركام المشقات والجهود... ومعادن العظماء إنما تبرق في وسط الأنواء

التي تكتنفها، فكأن هذه الأنواء رياح تنفخ في ضرامها، فيتوهج، ولو ترك وحده لكان وشيك الانطفاء)، ويرى الدكتور عبد الكريم بكار فائدة كبرى للمشكلات وأنه لولاها لتوقف العقل، وتعطل التفكير فيقول: (لا تفكير بدون مشكلات، وعندما يقدر للعالم أن يقبض على جميع مشكلاته، فإننا نستطيع أن نقول بأن التفكير قد توقف حينها).

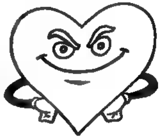
وما عليك قارئي العزيز إلا أن تتهيأ للمشكلات بابتسامة الواثق، وتواجه الحياة بطمأنينة المؤمن، ولا تدع النوائب تهزمك. وامتلك ذخيرة العظماء وعدتهم التي يواجهون بها المصائب وأولها: (الحمد لله، إنا لله وإنا إليه راجعون، لا حول ولا قوة إلا بالله، اللهم أجرنا في مصيبتنا وابدلنا خيرًا منها)، ولقد عدد أهل العلم ستة أشياء إذا ذكرتها هانت عليك مصيبتك:

- أن تذكر أن كل شيء بقضاء وقدر.
- وأن الجزع لا يرد عنك القضاء.
- أن ما أنت فيه أخف مما هو أكبر منه.
- أن ما بقي لك أكثر مما أُخِذَ منك.
- أن لكل قدر حكمة لو علمتها لرأيت المصيبة هي عين النعمة.

تذكر: الحياة ألم وأمل،
فرح وشجن،
والسعادة الخالصة
لا توجد إلا في الجنة

- أن كل مصيبة للمؤمن لا تخلو من ثواب ومغفرة أو تمحيص أو رفعة شأن أو دفع بلاء أشد، وما عند الله خير وأبقى.

قال رسول الله ﷺ: عجباً لأمر المؤمن، إن أمره كله خير – ليس ذلك لأحد إلا للمؤمن–إن أصابته سراء شكر، فكان خيرا له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرا له[1].



إشراقة:

لولا الألم لما استمتع الإنسان باللذة، قلَّ أن تخلو لذة من ألم، أو ألم من لذة.[2]

* * *

(1) رواه مسلم.

(2) هكذا علمتني الحياة – مصطفى السباعي.

فوائد المشكلات الزوجية!!

أشكو الذين أصابوني مودتـــهم　　حتى إذا أيقظوني للهوى رقدوا
واستنهضوني فلما قمت منتصبًا　　بثقل ما حمـــلوني منهم قعدوا

أراك أخي الزوج ـ أختي الزوجة تتساءلان: ما الاستفادة التي ستعود علينا من مشاكلنا الزوجية؟

وفي صدد إجابتي على هذا السؤال أتذكر مثل شعبي يقول: إن المشكلات الزوجية (كالبهارات) تعطي للحياة طعما ورائحة . وفي هذه المقولة شيئًا من الصحة بشرط أن تكون تلك المشكلات من نوع المناوشات البسيطة والتي تنشأ إعراضًا ورضا، وكدرًا وصفاء. وفي هذا يقول العباس بن الأحنف:

وأحسن أيام الهوى يومك الذي　　تروغ بالهجران فيه وبالعتب
إذا لم يكن في الحب سخط ولا رضا　　فأين حلاوة الرسائل والكتب

بيد أن للمشكلات الزوجية فوائد أخرى منها زيادة محصلة التجارب الشخصية، وتعلم مواجهة ضغوط الحياة المقبلة ومنها أيضًا فوائد إيمانية وأخرى نفسية عددتها في الجدول التالي[1].

أرى الطريق قريبًا
حين أسلكه
إلى الحبيب بعيدًا
حين أنصرف

(1) فوائد المشاكل الزوجية – جاسم المطوع بتصرف.

فوائد إيمانية	فوائد نفسية :
1- تكفير الذنوب : قال رسول الله ﷺ: «ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة في نفسه وولده وماله، حتى يلقى الله وما عليه خطيئة» [صحيح الجامع الصغير] .	1-التنفيس: فالمشاكل الزوجية تعطي الطرفين فرصة للتنفيس عما يعتمل بصدورهم، وإفراغ للكبت الداخلي .
2- دليل لحب الله: قال رسول الله ﷺ: «من يرد الله به خيرًا يصب منه ـ أي يبتليه» رواه البخاري.	2-انتعاشة الرضا: إذا استطاع الطرفين أن يتغلبا على مشاكلهم تراهم يشعرون بنشوة جيلة وكأن الحب بداخلهم يعيد اكتشاف نفسه مرة أخرى .
3- التأديب والتمحيص : قال تعالى: ﴿وليبتلي الله ما في صدوركم وليمحص ما في قلوبكم والله عليم بذات الصدور﴾ [آل عمران:154]	3- وقفة تأمل: فمع زحمة الأحداث اليومية يحتاج كلا الزوجين لمن يقول لهما، لحظة من فظلكم، كي يراجعوا حياتهم، ويقوما مسيرتهم الزوجية.
4- تنبيه للمؤمن ليراجع حساباته: قال تعالى: ﴿ظهر الفساد في البر والبحر بما كسبت أيدي الناس ليذيقهم بعض الذين عملوا لعلهم يرجعون﴾ [الروم : 43].	
5- لينيبوا ويرجعوا : قال ابن القيم: «والله تبارك وتعالى يبتلي عبده ليسمع شكواه وتضرعه ودعائه وصبره ورضاه بما قضاه عليه».	

قرأت خبرًا جذب انتباهي يقول (إسلام أحد المفكرين الغربيين إثر تأثره بأخلاق الرسول ﷺ في بيته)، وتمعنت في الخبر فوجدت أن هذا الرجل قد توقف عند قول السيدة خديجة لزوجها حينما جاءها خائفا وجلا حال هبوط الوحي عليه وتهدئتها من روعه وبثها للطمأنينة في قلبه: (والله لن يخزيك الله أبدًا، إنك تصل الرحم، وتصدق الحديث، وتحمل الكل، وتكسب المعدوم، وتقري الضيف، وتعين على نوائب الدهر) فقال ذلك المفكر اللبيب: (إن زوجًا تشهد له زوجته بهذه الصفات لهو أبعد من أن يكذب على الله، ثم أعلن إسلامه)، حملني هذا الخبر في أن أعيد النظر في كتب السيرة لأتتبع مواقف الرسول ﷺ في بيته، فوجدت عجبًا عجابًا، منهجًا تربويًا راقيًا، لو استطعنا كمسلمين أن نبرزه للعالم، فستعاد كتابة جميع النظريات الحديثة في جميع فروع الإنسانية على أسس أخرى أكثر قوة وثباتًا منبعها سيرة سيد خلق الله محمد ﷺ، وأثناء تجوالي في سيرة خير البشر، توقفت أمام بعض المواقف التي تخدم بحثنا، ورأيت أن أضعها ها هنا كي نتعلم منها.

إذا ضاقت الأرض وعجز المنصف، وانعدم الدليل، فقلب بصرك في سيرة خير خلق الله فستجد الدواء الشافي

الموقف الأول:

درس في تفهم المحب لحبيبه ودعمه له وقت شدته

عندما بلغ محمد ﷺ الأربعين، حتى كان قد

ألف الخلوة في غار حراء واستطاب رياضته الروحية التي يحس من خلالها كأنما يدنو من الحقيقة الكبرى، وما كانت (خديجة) في وقار سنها وجلال أمومتها لتضيق بهذه الخلوات التي تبعده عنها أحيانا، أو تعكر صفو تأملاته بالمعهود من فضول النساء، بل حاولت ما وسعها الجهد أن تحوطه بالرعاية والهدوء ما قام في البيت، فإذا انطلق إلى غار حراء ظلت عيناها عليه من بعيد، وربما أرسلت وراءه من يحرسه ويرعاه..

فلما نزل عليه الوحي في ليلة القدر وهو في غار حراء انطلق يلتمس بيته في غبش الفجر خائفًا شاحبًا يرجف فؤاده، حتى بلغ حجرة زوجه، وذهب عنه الروع، فحدثها في صوت مرتجف عن كل ما كان، ونفض لديها مخاوفه، قال: (لقد خشيت على نفسي). أتراه يهذي أم به جنة؟.

وضمته إلى صدرها، وقد أثار مرآه أعمق عواطف الأمومة في قلبها، وهتفت في ثقة ويقين:

(الله يرعانا أبا القاسم، أبشر يا بن العم واثبت، فوالذي نفس خديجة بيده، إني لأرجو أن تكون نبي هذه الأمة[1]، والله لا يخزيك الله أبدًا.. إنك لتصل الرحم، وتصدق الحديث، وتحمل الكل - تحمل هموم الضعفاء وديونهم - وتقري الضيف - أي تكرمه -

(1) كانت مكة تتناقل أخبار نبي سوف يبعث، وكان يتحدث بهذه الأخبار الكهان، والمتحنفون والسمار، انظر سيرة بن هشام.

وتعين على نوائب الدهر)[1]. وزايله روعه، فما به جنة، وهذا صوت (خديجة) العذب الواثق، ينساب مع ضوء الفجر إلى فؤاده، فيبث فيه الثقة، والأمن والهدوء. وأحس الراحة والطمأنينة وهي تقوده برفق على فراشه، وتضعه فيه كما تفعل أم بولدها الغالي، ثم تهدهده بصوتها الأليف[2]. وما إن هدأ وارتاح حتى أخذته إلى ابن عمها ورقة بن نوفل، وكان امرأ تنصر في الجاهلية.. يكتب الإنجيل بالعبرانية، وكان شيخا كبيرا قد عمي، فقالت له خديجة: يا ابن عم اسمع من ابن أخيك.. فأخبره الحبيب بخبر ما رأى وما سمع، فقال له ورقة هذا الناموس الذي نزل على موسى، عليه السلام، يا ليتني فيها جذعا، ليتني أكون حيا إذ يخرجك قومك، فقال الرسول ﷺ (أومخرجي هم؟) قال: نعم، لم يأت رجل قط بمثل ما جئت به إلا عودي، وإن يدركني يومك أنصرك نصرا مؤزرا[3].

وطابت نفسه ﷺ بما سمع، فانصرف إلى بيته مطمئنا مع زوجه، ليبدأ نضاله من أجل الدعوة، وليلقى في سبيلها أشد ما وعى التاريخ من أذى واضطهاد، ووقفت زوجه المحبة المؤمنة إلى جانبه تنصر وتشد أزره، وتعينه على احتمال أقصى دروب الأذى والاضطهاد سنين عددًا[4]، يقول الشيخ محمد الغزالي منبهرًا بهذا

أقلل عتابك
فالبقاء قليل والدهر
يعدل ساعة ويميل

(1) متفق عليه.
(2)انظر تراجم سيدات بيت النبوة: عائشة بنت الشاطئ بتصرف بسيط.
(3) تراجم سيدات بيت النبوة – د.عائشة بنت الشاطئ.
(4) متفق عليه من حديث عائشة.

الموقف: لقد كان موقف زوجه خديجة منه من أشرف المواقف التي تحمد لامرأة في الأولين والآخرين، طمأنته حين قلق، وأراحته حين جهد، وذكرته بما فيه من فضائل مؤكدة له: إن الأبرار أمثاله لا يخذلون أبداً، وأن الله إذ طبع رجلاً على المكارم الجزلة والمناقب السمحة فلكيما يجعله أهل إعزازه وإحسانه، وبهذا الرأي الراجح والقلب الصالح استحقت خديجة أن يحيِّيها رب العالمين، فيرسل إليها بالسلام مع الروح الأمين.. حنت على رجلها ساعة قلق، وكانت نسمة سلام وبر، رطبت جبينه المتصبب من آثار الوحي، وبقيت ربع قرن معه، تحترم قبل الرسالة تأمله وعزلته وشمائله، وتحمل بعد الرسالة كيد الخصوم وآلام الحصار ومتاعب الدعوة، وماتت والرسول ﷺ في الخمسين من عمره، وهي تتجاوز الخامسة والستين وقد أخلص لذكراها طول حياته[1].

الموقف الثاني:

صبر الحبيب على من يحب

تزوج النبي ﷺ من السيدة عائشة رضي الله عنها، وهي بعد لها ميول صبية صغيرة، كانت لها عرائس تلعب بهن، وصديقات يلهون معها، وكان النبي ﷺ يتعامل معها في بداية زواجهما وهو واضع في الاعتبار صغر سنها (وتدرجت بين عيني المصطفى من صبية يأتيها زوجها بصواحبها ليلعبن معها، أو يحملها على عاتقه

(1) فقه السيرة – محمد الغزالي.

لتطل على نفر من الحبشة يلعبون الحراب[1]، إلى شابة مجربة)[2].

وعُرفت عائشة رضي الله عنها بغيرتها الشديدة على زوجها، ففي صحيح مسلم عن عائشة أنها قالت خرج رسول الله ﷺ من عندي ليلا، فغرت عليه، فجاء فرأى ما أصنع فقال (مالك يا عائشة؟ أغرت؟) فقالت: وما لي لا يغار مثلي على مثلك؟[3]. وروى ابن ماجة تلك القصة الطريفة، أنه لما قدم رسول الله ﷺ المدينة بصفية -وقد اتخذها لنفسه زوجة وعرس بها في الطريق- قالت عائشة رضي الله عنها: تنكرت وخرجت أنظر، فعرفني، فأقبل إلي، فانقلبت، فأسرع المشي، فأدركني، فاحتضنني وقال: كيف رأيتها؟! قلت: يهودية بنت يهودي. إن ما يستوقفني في تعامل الرسول مع أزواجه هو فهمه العميق لنفسياتهم، وإدراكه لحاجتهن العاطفية وضعفهن، وصبره عليهن وهو المكبل بأعباء الدعوة والحامل لهموم الأمة، ولقد حدث أن قالت له السيدة عائشة، وقد غضبت منه ذات مرة: (أنت الذي تزعم أنك نبي؟! فتبسم رسول الله [redacted]، واحتمل ذلك حِلْمًا وكرمًا)[4]، وقالت له مرة أخرى: (ما أرى ربك إلا يسارع في هواك)[5]، وحدث أن غارت عليه من السيدة حفصة، فجعلت تدعي وتقول: (يا رب سلط علي عقربا أو

قالت السيدة عائشة رضي الله عنها عندما سئلت عن خلق النبي صلى الله عليه وسلم كان خلقه القرآن

(1)صحيح البخاري.
(2)تراجم سيدات بيت النبوة لبنت الشاطئ.
(3)رواه مسلم.
(4) حديث صحيح.
(5) انظر صحيح مسلم.

حية تلدغني، رسولك، ولا أستطيع أن أقول له شيئا)[1].

إن السيدة عائشة رضي الله عنها تحب زوجها حبًا غير موصوف، وتغار عليه غيرة قد تدفعها في بعض الأحيان للغضب والشدة مع زوجها الحبيب، حالها كحال من يحب ويغار، ورسول الله ﷺ يدرك ذلك الشيء، ويتعامل مع نفسيتها بيسر وهدوء، ويعطينا ﷺ درسًا نفيسًا في الصبر والحلم والأناة، وما ضر الزوج إذا أحب زوجته أن يراعي نفسيتها، ويتفهم حاجاتها، ويغض الطرف عن هفواتها؟

الموقف الثالث:

نبي يعتذر لزوجته!

إنه محمد ﷺ، وقد كان عند زوجته حفصة رضي الله عنها، فاستأذنت لزيارة أبيها، وعندما عادت وإذ بالسيدة مارية عند رسول الله ﷺ، فغارت حفصة رضي الله عنها، وغضبت، وعاتبت زوجها قائلة: (يا رسول الله في بيتي وفي يومي، تفعل هذا معي دون نسائك)، فما كان من زوجها الحنون ﷺ، إلا أن ذهب إليها ليرضيها، وقال: «أيرضيك أن حرمتها علي، فلن أعاشرها بعد اليوم» فنزل قول الله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ لِمَ تُحَرِّمُ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكَ تَبْتَغِي مَرْضَاتَ أَزْوَاجِكَ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾[2].

---

(1) رواه مسلم.
(2)الدر المنثور في التفسير بالمأثور للإمام السيوطي المجلد (8).

من من الأزواج اليوم يبادر بالاعتذار لزوجته إذا أغضبها؟

ومن الذي يتحمل منا غضب زوجته، وثورتها، ومعاتبتها له؟

إن الرجولة الحقة، هي رجولة محمد ﷺ، والرجل الكامل هو الذي يبادر في استرضاء زوجته إذا غضبت، ويتحملها إذا حنقت، ويتنازل عن بعض من حقوقه لتسعد هي.

الموقف الرابع:

مشكلة زوجية في بيت النبوة..

نعم في بيت النبوة قد تنشأ مشكلات زوجية، وهذا يعد أكبر برهان على أن البيوت لا تخلو من بعض المناوشات بين الزوجين، حتى وإن كانا حبيبين يهيم كل منهما بالآخر، ولو كان هناك استثناء من تلك القاعدة، لكان بيت النبي، والذي يضم الرسول ﷺ وهو خير الرجال وأكملهم خلقا وعقلا وإيمانا، ونساؤه خير النساء وأرجحهن وعيا وفقها، ولقد حدث وإن وقعت مشكلة بين الرسول ﷺ وبين حبيبته السيدة عائشة رضي الله عنها، فطلبت حكما، فقال لها الرسول ﷺ، «ما رأيك في أبي بكر»، فقالت أوافق فأرسل في طلبه، فلما دخل عليهما أبو بكر ﷺ، قال له رسول الهدى ﷺ، «أرسلنا لك لتحكم بيننا»، ثم التفت إلى السيدة عائشة وقال: «تتكلمي أو أتكلم؟» فقالت: تكلم أنت، ولا تقل إلا الحق! فلطمها أبو بكر ﷺ حتى أدمى فاها وقال: أو يقول إلا الحق يا عدوة نفسها؟!

الحب الحقيقي هو
حب العقلاء الذين
يترفعون بحبهم على
ألا يناله شيء
من شوائب الحياة

فاستجارت برسول الله ﷺ وقعدت خلف ظهره. فقال النبي ﷺ: «إنا لم ندعك لهذا، ولم نرد منك هذا»[1].

لقد وقفت أمام هذا المشهد وقفة احترام ودهشة، أما الاحترام فلشخص الحبيب ﷺ وهو المعصوم من الزلل، وقد أرسل لمن يحكم بينه وبين زوجته، أما دهشتي فمن اختباء السيدة عائشة خلف ظهر الحبيب ﷺ وهي الغاضبة منه، وكأني أتعلم معنىً في الحب عجزت مدارس الأرض وكتبها أن تعلمني إياه وتبرهن عليه وهو أن الحب الحقيقي، وإن أتت عليه ريح الخلاف، وهبت عليه زوابع الغضب، إلا أنه الأقوى والمنتصر في النهاية.

تعلمت من هذا الموقف أن الحب الحقيقي هو حب العقلاء الذين يترفعون بحبهم على ألا يناله شيء من شوائب الحياة ومشاكلها.

تعلمت أن الحب الحقيقي هو حب الأنفس الصافية والقلوب الرحبة، هو الحب الذي يقف شامخًا بعفته وطهارته أمام كل المصائب والصعاب، إن الحب الحقيقي لمن أحب أن يراه يتلألأ في سيرة محمد ﷺ.

ولقد عددت بعض الفوائد التي أستخلصتها من ذلك الحديث كالآتي.

1- يسمح بالاستعانة بطرف آخر عند حدوث المشكلة قريب من

(1) انظر نص الحديث في صحيح البخاري.

الطرفين ويرضى عنه كلاهما (وفي القصة كان أبو الزوجة).

2- قول النبي أتتحدثين «أم أتحدث أنا» كان رسالة إيجابية للموجودين باحترام الزوج لزوجته رغم الخلاف، وليس كما يحدث في كثير من المشكلات باندفاع كلا الطرفين في الحديث والمقاطعة.

3- أخطأت السيدة عائشة بقولها لا تقل إلا الحق، ولم يستغل الرسول خطأها لإثبات أنه هو المصيب وهى المخطئة.

4- اختباء السيدة عائشة خلف ظهر النبي يعطينا دلاله أن السيدة عائشة ورغم خلافها مع النبي ﷺ إلا أنها تشعر أنه حصنها والمدافع عنها وملاذها الأخير.

5- قول النبي لأبي بكر (إنا لم ندعك لهذا، ولم نرد منك هذا) يؤكد أن اختيار الطرف الثالث لا بد وأن يكون بنية حل المشكلة وليس لتغليب شخص على آخر، وكذلك على الشخص القادم أن يكون هدفه حل المشكلة لا إشعالها.

أيها الزوج.. لا تواجه الصراخ بالصراخ عند انفعال زوجتك، اصبر وتأنَّ عليها حتى إذا هدأت النفوس وسكنت العاصفة، اقترب منها وبلطف أعلمها بخطئها، وفهمها كيف يكون التصرف الصحيح.

إن القلوب إذا تنافر ودها
شبه الزجاج كسرها لا يشعبُ

يقول الأستاذ مصطفى السباعي: إن السعادة الزوجية لا تتم إلا بأن تفهم زوجتك، وتفهمك

زوجتك، وتتحملها وتتحملك، فإن لم تفهمك فأفهمها، وإن لم تتحملك فتحملها[1].

ونصيحتي لك قارئي الحبيب.. إذا أردت رائدًا وناصحًا يساعدك في إدارة حياتك فقلب بصرك في سيرة المصطفى ﷺ.. فإنه ارتضى أن يضحي بخصوصياته، وجعل حياته الخاصة ملكًا عامًا للبشرية لتتعلم منه، ثم ترانا بعد ذلك نزهد عن ميراثه الثمين، تلك هي والله الغفلة، فلننهل من عذب سيرته، ونستحضر كلماته، ونقتفي أثره.

فلنحب كما رأيناه يحب، ونتحاور كما كان يتحاور، ونعفو كما عفا، ﷺ.

إشراقة:

يقول معاوية ﷺ عن النساء:
(إنهن يغلبن الكرام،
ويغلبهن اللئام).

(1)هكذا علمتني الحياة – الأستاذ مصطفى السباعي.

أيها الزوج العزيز.. أيتها الزوجة الطاهرة..

إن بيتكما الذي بنيتماه على الحب هو مملكتكما التي تديرانها سويا.. فأيها الملك المتوج على عرشك المخملي..

ليكن شرعتك الصفح، ومنهجك العفو.. ولتجعل شعارك: (الكاظمين الغيظ والعافين عن الناس).

وأنت أيتها الأميرة الغالية.. اعلمي أن صفحك نافذ، وكرمك معلوم، وعفوك ممدود..

أيها الزوجان.. إننا بشر لا نخلو من الأخطاء والنقائص، وما دامت مصائبنا ليست في ديننا فالأمر هين ويسير، قليل من الصبر على أخطاء الطرف الآخر يعيد لحياتنا نضارتها وعنفوانها..

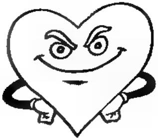
ولو وجدت أخطاً تضايقني في شريك حياتي -وهذا يقيناً حادث- علي أن أتذكر شيئين هامين أولهما أنه يمتلك من المميزات ما يجعل هذه العيوب هينة إذا تمت بينهما مقارنة صادقة، ثانيهما أنني أيضًا أمتلك عيوباً وأحتاج لمن يتفهمني ويغفر لي ويصفح عني..

تذكر: بالإبتسامة تنال ملا تستطع أن تناله بالشدة

وعليكما أن تدركا أن هناك أنواعًا من الأخطاء تكون في الطباع، وتحتاج لوقت لتغييرها وقد يكون هذا الوقت شهور أو سنين فعلينا

بالصبر والدعاء، فالدعاء أولى خطوات حل المشاكل وأهمها..

إشراقة:



إذا أتلفت لك زوجتك أو أولادك شيئاً من متاع البيت، فلا تغضب غضباً يهيج أعصابك، وخير لك ألا تغضب قط؛ فإن خسارتك في تلف أعصابك أشدُّ من خسارتك في تلف مالك، وإذا ذكرت أنه لا يُتلف شيء إلا بقضاء الله وقدره رضيتْ نفسك، وهدأت أعصابك[1].

---

(1)المرجع السابق.

قالت لي بسخرية مريرة: كنت أظنه قد فطم على عدم الضحك، لولا أن جاءني خبر تبسمه في إحدى المجالس.

إن التبسم وخفة الظل والفكاهة متطلبات زوجية نحتاجها في حياتنا، أكد الشرع عليها، وطالبت بها الدراسات النفسية. ففي شرعنا الحنيف أن رسول الهدى ﷺ قال «**تبسمك في وجه أخيك صدقة**»، فإذا كانت الابتسامة في وجه الصديق نؤجر عليها، فما بالكم بالتبسم في وجه الزوج أو الزوجة، وفي الشمائل المحمدية عن أبي هريرة أنه قال: يا رسول الله، إنك تداعبنا، قال: (إني لا أقول إلا حقًا) أي نعم أمازحكم، ولكني لا أكذب، وعن علي ﷺ عن النبي ﷺ قال: «**إن الله يحب المرأة المَلِقَةَ البزْعة (أي الظريفة) مع زوجها، الحصان (أي الممتنعة عن غيره)**»[1].. ولقد سئل النخعي رحمه الله تعالى هل كان أصحاب محمد يضحكون؟

قال: نعم والإيمان في قلوبهم مثل الجبال الرواسي، وفي الأدب المفرد (كان أصحاب الرسول ﷺ يتبادحون بالبطيخ، فإذا كانت الحقائق كانوا هم الرجال)[2]. ولقد كان رسول الهدى ﷺ زوجًا بشوشًا مرحًا تحدثنا عن مرحه

الحمد لله أن جعل لنا دينا يعطي عن الابتسامة حسنة

(1) رواه الديلمي.
(2) الأدب المفرد للبخاري.

السيدة عائشة رضي الله عنها فتقول: (كنت أغتسل أنا ورسول الله ﷺ من إناء بيني وبينه واحد فيبادرني حتى أقول: دع لي دع لي. قال: وهما جنبان)[1]، وتروي أنها كانت مع رسول الله ﷺ في سفر، وهي جارية -صغيرة- تقول: لم أحمل اللحم ولم أبدن. فقال لأصحابه: تقدموا، فتقدموا، ثم قال: تعالي أسابقك، فسابقته، فسبقته على رجلي. فسكت عني حتى إذا حملت اللحم -أي حتى سمنت- وبدنت ونسيت، خرجت معه في سفر، فقال لأصحابه: تقدموا، فتقدموا، ثم قال: تعالي أسابقك، ونسيت الذي كان، وقد حملت اللحم، فقلت، كيف أسابقك يا رسول الله، وأنا على هذا الحال؟! فقال: لتفعلن، فسابقته، فسبقني، فجعل يضحك وقال: هذه بتلك السبقة[2]، ولقد كان لمقدمه ﷺ فرحة وبهجة ففي الحديث (كان إذا قدم من سفر تُلقي بصبيان أهل بيته)[3].

وإذا نظرت إلى أسرة وجهة   برقت كبرق العارض المتهلل

وما أثبته الشرع حث عليه علماء النفس، فلقد نصح علماء النفس وأطباء الصحة النفسية كلا من الزوج والزوجة بالآتي[4]:

- التضاحك وإشعار كل طرف للآخر بأنه سعيد برفقته وصحبته.

(1) رواه مسلم.
(2) حديث صحيح رواه الإمام أحمد في مسنده.
(3) صحيح مسلم.
(4) مجلة الفرحة.

- الحرص على أن تكون تعبيرات الوجه بشوشة وغير عابسة، وفي ذلك مقاومة لجميع حالات الاكتئاب النفسي.
- أن يخيم على حوارات كل من الزوجين روح الدعابة والمزاح المقبول، لما في ذلك من تقليل المشاحنات ومقاومة هموم الحياة الضاغطة، لا سيما إذا كان الزوجان من ذوي المسئوليات الكبيرة والاهتمامات المتعددة.

يقول الفيلسوف جون موريل في كتابه (النظر إلى الضحك بجدية): إن الشخص الذي يتمتع بروح الدعابة لا يكون على سجيته في مواجهة المواقف الصحية فقط، وإنما يكون أكثر مرونة في مواجهتها، كما أن خياله وروح الإبداع لديه سوف تساعدانه على الخروج من روتين الذهن، وبالتالي سيبعده ذلك عن الاكتئاب.

كما ينصح الباحث الأمريكي ريتشارد كارلسون الزوج قائلاً: تمتع بروح الدعابة دائماً وحاول أن تفاجئ زوجتك برد فعل غير ما تتوقعه خصوصاً في الأزمات حتى لو اضطررت أن تسخر من نفسك[1].

إن الحياة ممتلئة بالمصاعب والمنغصات، ولا تحتاج منا أن نزيد ما بها بتجهم الوجه، وضيق الصدر، ولا أن نحياها كمعركة عصبية بل تحتاج لابتسامة تطمئن بها نفسك ومن حولك.

تنفست إذ ذكرتك
حتى زالت اليوم
عن فؤادي ضلوعي

(1) لا تهتم بصغائر الأمور في العلاقات الزوجية.

قــال الحيــاة كئيبــة! وتجهمــا قلت: ابتسم يكفي التجهم في السما!
قال: الصبا ولى! فقلت له: ابتسم لن يرجع الأسف الصــبا المتصــرما!
قال: البشاشة ليس تسعد كائنــا يأتي إلى الــدنيا ويــذهب مرغمــا
قلت: ابتسم مادام بينك والردى شبرًا، فإنك بعــد لــن تتبســما[1]

طرفة: كان سقراط من أتعس الأزواج، وكانت زوجته تراه رجلا عاطلا غبيا، لا يحسن عملا في دنياه وهو الفيلسوف الذي يتحدث بذكره القاصي والداني، وكان لسقراط تلميذ مضرب عن الزواج، فنصحه سقراط ذات يوم قائلا: يا بني تزوج على كل حال، فإن حصلت على زوجة صالحة غدوت سعيدًا، وإن كانت من نصيبك امرأة سيئة غدوت فيلسوفًا حكيمًا، وكلا النتيجتين نافعة.

* * *

(1) الطلاسم لإيليا أبو ماضي.

أدرك الشعراء قديما جمال الحب، وروعة الوصال، وقسوة الهجر ومرارة الخصام، فملئوا الدنيا شعرًا ونطقت قوافيهم بما يجول في خاطرهم، فقطفنا لكل حبيبين تلك الأبيات علها تبصرهما بما بصره الأولون..[1].

فهذا شوقي يقول:

ما الحب إلا طاعةٌ وتجـــاوزٌ   وإن أكثروا أوصافه والمعانيا
وما هو إلا العين بالعين تلتقي   وإن نوعوا أسبابه والدواعيا

وامرؤ القيس يشكو قائلا:

أغركِ مني أن حبك قاتلي
وأنك مهما تأمري القلب يفعلُ

وإعرابي يشدو:

إن المحب إذا أحب حبيبه   تلقاه يبذل فيه ما لا يبذل

وآخر يذكر حبيبه الغائب ويقول:

الحب كالنار
سهلة الإشتعال
صعبة الإخماد

(1) يمكن للزوجين أن يحفظا من الشعر ألطفه ويرددانه على مسامع بعضهما، فقل أن تجد شخصا لا يحب الشعر أو يطرب له.

إن كنت لست معي فالذكر منك معي

يرعاك قلبي عيت عن بصـــري

العين تبصر من تهــــوى وتفقـــده

وناظر القلب لا يخلو من النظر

وابن الإعرابي حائر من حبيبته ويقول:

شكوت فقالت كل هذا تـــــــبرما

بحبي أراح الله قلبـــــــك مـن حبي

فلما كتمت الحب قالت لشـــــد ما

قسوت وما هذا بفعل شجي القلب

أدنو فتقصيني فأبعــــــــد طالبـــا

رضاها فتعـــــد التباعـد من ذنبي

فشـــكواي تؤذيها وصبري يسوؤها

وتجـزع من بعدي وتنفر من قربـي

فيا قومي هل من حيلة تعرفونهـــا

أشيروا بها ولكم الشكر من ربـي

أما أبو تمام فقد لسعته الغيرة فقال:

أغار من القميص إذا علاه مخافة أن يلامسه القميص

وابن الفارض لا يقبل ملامة العازب الذي لم يذق طعم الحب ويقول:

دع عنك تعنيفي وذق طعم الهوى فإذا عشقت فبعد ذلك عنفِ

ويواسي المحب بقوله:

لا تخف ما صنعت بك الأشـواق واشرح هواك فكلنا عشاق

فعسى يعينك من شكوت له الهوى في حمله، فالعاشقون رفاق

وفي تحمل الحبيب، وغفران زلاته، وإقالة عثراته قال صفي الدين الحلي:

تحمل من حبيبـك كـل ذنـب وعد خطأه في وفق الصواب

ولا تعتب علـى ذنـب حبيًـا فكم هجر تولد من عتـاب

وقال المؤمل المحاربي:

ولا تغضبن على قوم تحبهـم فليس منك عليهم ينفع الغضبُ

ولا تخاصمهم يوما وإن ظلموا إن الولاة إذا ما خوصمو غلبوا

والعباس بن الأحنف ينذرك قائلا:

تحمل عظيم الذنب ممن تحبه

وإن كنت مظلوما فقل أنا ظـالمُ

فإنك إن لم تحمل الذنب في الهوى

يفارقك من تهوى وأنفك راغمُ

أما أبو فراس الحمداني فحلاوة الحب طغت عنده على مرارة الإساءة فأنشد قائلا:

أساء فزادته الإساءة حظـوةً

حبيبٌ على ما كان منه حبيبُ

يعد علـــي الواشيان ذنوبه

ومـــن أين للوجه الجميل ذنوبُ

وفي طوق اليمامة يحكي ابن حزم أن رجلا من أصحابه جرحه من كان يحبه بمدية، يقول ابن حزم: فرأيته وهو يقبل موضع الجرح، وندبه مرة بعد مرة وهو يقول:

يقولون شـجك مـن همـت بـه فقلت: لعمري ما شـجني

ولكن أحس دمـــي قربــه فطـــار إليـــه ولم ينثنِ

وهذا خليل مطران يعاتب نفسه بعدما أهدى حبيبته باقة ورد ويقول:

يـا زائـراً الحسـناءِ في عيـدِها إن تهدِ فانظرْ ما الـذي تُهـدي

أخطأكَ الحـزمُ وأخطـأتهُ أيحمـلُ الـوردُ إلى الـوردِ

* * *

إلى حبيبين

To Lovers

الفصل الرابع

خواطر أسرية..

يقول الشيخ محمد الغزالي : إن الفقر والغنى أخلاق نفسية ، قبل أن يكونا أعراض دنيوية ، فكم من ذي مال يبيت مؤرقا وراء المزيد ، شاعراً بالفقر ، لأن كل ما يطلب لم يتحقق بعد ،وكم من مقل بات قرير العين ، لأنه يرى ما لديه شافيا وكافيا .

إن الأحوال النفسية لا مستويات المعيشة ، هي التي تصنع الإنسان .

ولله در الشاعر إذ يقول :

العيشُ لاعيشَ إلا ما قنعتَ به

قد يكثرُ المالُ والإنسانُ مفتقرُ

يقولون:(إذا جاء الفقر من الباب هرب الحب من الشباك)..

ويقولون:(إذا ذهب الفقر إلى بلد قال له الكفر خذني معك)

وللمتنبئ رأي أخر إذ يقول:

ومن ينفق الساعات في جمع ماله

مخـــافة فقر فالذي فعل الفقرُ

وأنا أتساءل: هل المال له تأثير إيجابي أم سلبي في حياتنا؟؟!

لقد سمعت من يقول: لقد كانت حياتي أسعد قبل أن أكون ثريًا!

وآخر يقول: إن ضغوطات الحياة وصعوبتها، بل سأكون صريحًا وأقول ضيق ذات اليد هو سبب ما أواجهه في حياتي العائلية من مشكلات!!

والحقيقة أن المال كأي نعمة من نعم الله التي منَّ بها علينا، وهبت لنا لنسعد بها، ولقد وصف رسول الله ﷺ اليد الغنية المعطائة بالخيرية ففي الحديث الصحيح (اليد العليا ـ وهي المعطية ـ خير من اليد السفلى ـ وهي الآخذة)، والمال وإن كان لا يستطيع أن

إن أحببت أن لا تفوتك شهوتك فاشته ما يمكنك الحصول عليه

يخلق السعادة في القلوب التعيسة إلا أنه يستطيع أن يدعم من يريد أن يكون سعيداً بلا شك، إن أراد ذلك حقًّا!!، لكنه لن يشتري السعادة للتعساء ولا الصحة للمرضى ولا التفائل للمتشائمين يقول الملياردير الأمريكي الشهير بول جيتي: (إن المال لا يستطيع شراء الصحة ولا السعادة ولا الحنان ولا سهولة الهضم).

ما المشكلة إذن؟

المشكلة أننا حينما نكون فقراء فإننا –غالبا– ما نجعل فقرنا وحاجتنا المادية هي السبب الأول لكل ما يواجهنا من مشاكل، وبمجرد أن نصبح أغنياء ينكشف لنا أن هذا لم يكن سوى تعليل غير صحيح لمشاكلنا وأرقنا.

نظن أنه بتوفر المال ستتوفر جميع مقومات الحياة السعيدة، ثم تكون الصدمة أن المال لم يستطع أن يخلق لنا السعادة..

يظل الفرد منا سجين فكرة (المال سر السعادة) وعندما يجيء المال ونراه على حقيقته المادية تتحطم تلك الفكرة، والمتأمل في أحوال الدنيا يرى أن الذين يعيشون الكفاف أسعد حالا من معظم الأثرياء.

ثمة مشكلة أخرى تواجهها الزوجة التي تعيش في سعة من الرزق، وهي قناعة معظم الأزواج أن توفير المال، والعيشة الكريمة، يجعل مشاكل الزوجة غير مقبولة أو مقنعة. يقول د. جون غراي خبير واستشاري العلاقات الزوجية: (كلما تحققت حاجات المرأة المالية تصبح أكثر وعياً بحاجتها العاطفية.. فالمرأة الغنية تحتاج لحجة

أكبر لكي تكون متضايقة وغير سعيدة)[1].

إن الثراء يجعل الناس -والزوج على وجه الدقة- لا يعطون العذر لتضايق الزوجة أو عدم سعادتها، والزوجة الثرية تستطيع أن تتذكر بسهولة متى وأين ومن آخر من ألقى على مسامعها هذا السؤال القاسي:

ماذا تحتاجين اكثر من هذا؟

لا أعتقد أن هناك سببا لتضايقك، إن الكثيرات يتمنين أن يمتلكن نصف ما تمتلكينه من مميزات.

وهذا من الجهل بطبيعة المرأة فالمرأة -بطبيعتها- تمر عليها حالات من الضيق والتوتر نظراً للتغيرات التي تطرأ عليها وما تواجهه كأنثى من اضطراب وقت الدورة والحمل والنفاس، وسواء كانت المرأة غنية أم فقيرة إلا أنها ستشعر بهذا الشعور الأليم، وعدم تفهمنا لهذا، ومطالبتنا الدائمة بتبرير مقنع لهذا الضيق هو رد فعل قاس منا عليها.

إشراقة: إن الشخص الذي لا يمتلك مالا هو شخص فقير..

ولكن الأفقر منه -إن أردنا الدقة- هو ذلك الشخص الذي لا يمتلك في حياته سوى المال.

الغني من زاد دخله على نفقته، والفقير من زادت نفقته على دخله

(1)الرجال من المريخ والنساء من الزهرة.

يسعى إلى الدنيا ابن أدم عمره   والله خالقه يريـــد الآخـــرة
يا أيها الإنســــان مهلا إنما   ساعات عمرك عن مرادك قاصرة

إننا ومع التطور الكبير الذي نلحظه حولنا، أصبحنا نعيش حياتنا وكأنها سباق دائم، وصرنا نستهلك من وقتنا وجهدنا الكثير من أجل جني حاجاتنا التي لا تنتهي.

هل ترى معي قارئي الحبيب أننا أثقلنا كواهلنا برغبات ليس لها آخر..

ألا ترى معي أننا فقدنا الهدوء والراحة والطمأنينة بسبب الجشع النفسي الذي يتملكنا، ورغبتنا دائما في أن نمتلك أفضل شيء.

تأثرت علاقتنا الإنسانية بالوضع المادي الذي نعيشه.. وأصبح سعينا الدائم في جني احتياجاتنا هو سبب معظم مشاكلنا.

فلماذا لا نكون بسطاء في التعامل مع الحياة؟

ولماذا نرهق أنفسنا دائما بما لا نطيق؟

يقول الشيخ علي الطنطاوي: (لم أسمع زوجًا يقول إنه مستريح سعيد، وإن كان في حقيقته سعيدًا مستريحًا؛ لأن الإنسان خلق كفورًا، لا يدرك حقائق النعم، إلا بعد زوالها، ولأنه ركب من طمع، فلا يزال كلما أوتي نعمة يطمع في أكثر منها، فلا يقنع بها، ولا يعرف لذتها)

والعقاد ينظر لحال الناس وعدم رضاهم وقناعتهم متحيرًا ويقول:

صغير يبتغي الكبرا كبيرٌ ود لو صغرا
وخالٍ يبتغي عملا وذو عمل به ضجرا
ورب المال في تعب وفي نصب من افتقرا
فهل حاروا مع الأقدار أم هم حيروا القدرا؟

- أذكر أنه كان لي صديق حالته المادية متوسطة أو أقل قليلاً لكنه كان يمتلك إبداعاً لا مثيل له في الاستمتاع بحياته، وقضاء أوقات سعيدة.. كان لديه برنامج شهري للنزهة مع أهله، لم يترك مَعلماً في مدينته -القاهرة- إلا وزارها، كان يقول إن السائح يدفع الآلاف ليأتي ويشاهد الأهرامات، ويستمتع بالنيل، ويطالع الآثار، وأنا أشاهدها بلا ثمن، كان بيته على الرغم من بساطته مليئا بالمرح والسعادة، وكان دائما يردد علي: لماذا نفكر دائما في ما لا نملك أكثر من تفكيرنا في ما نملك؟

لماذا نفكر في ما لا نستطيع فعله أكثر من تفكيرنا في ما نستطيع فعله؟ إن سبب تعاسة الإنسان أنه لا ينظر للنعم التي بين يديه كما ينظر للنعم التي بين يدي غيره.

بئر الرغبات لا قعر له

ثم يردد علي قول ابن المبارك:

ما ذاق طعمَ الغِنى من لا قنوعَ له
ولن ترى قانعاً ما عاشَ مفتقرًا

لنوقف رغباتنا
قبل أن تتوقف بنا الحياة

النفسُ تطمعُ والأسبابُ عاجزةٌ   والنفسُ تَهلكُ بين اليأسِ والطمعِ

يقول أ/ عبدالوهاب مطاوع في كتابه «اعط الصباح فرصة» : إن استمتاع الإنسان بالأشياء يتحقق داخله هو، وليس بتأثير الظروف المحيطة به.. ولهذا فقد تسعد في مكان فقير بسيط.. وتكتئب في مكان فاخر جميل، ولا عجب في ذلك، لأن السعادة استعداد نفسي وإحساس داخلي ينبعث من داخلك أنت ولا تتلقاه من الخارج .. وليس للعوامل الخارجية فيه إلا أقل الأثر..

سأكون سعيداً عندما.. (أشتري هذا البيت.. أمتلك تلك السيارة.. أحصل على هذه الصفقة..).

لماذا لا نضع حد لرغباتنا المستمرة؟

إن المشكلة التي تنشأ من رغباتنا الدائمة هي كوننا نربط السعادة بها، ويكون مفهوم السعادة مرتبطًا بتحقيق تلك الرغبة والشواهد حولنا أكثر من أن تحصى، فكم من زوج ترك زوجته

وسافر من أجل أن يوفر مسكنًا، وبعد توفير المسكن نادته رغبته في سنة أخرى من الغربة من أجل السيارة وأخرى من أجل مبلغ للزمن.. وتمضي الحياة وصاحبنا يعمل تاركاً أسرته من أجل السعادة التي ستتحقق لو........

لو ماذا ؟؟؟؟

أعتقد أنه هو نفسه لن يستطيع الإجابة على هذا السؤال؛ لأن رغباته وأمانيه هي التي تحركه، وهى بالتالي ليس لها منتهى.

أيها الزوج المشغول دائما.. لحظة من فضلك لن تنتهي رغباتك لأنها وببساطة تسكن بين يديك.. فقط انتبه إليها، يقول الدكتور عبد الكريم بكار: إن العاقل يعرف أنه لا يستطيع أن يحصل على كل شيء، ولذا فإنه يضبط ذوقه وعمله ولذته، ويعتدل في طموحاته.. وهناك أكثر من توجيه نبوي للأمة بضرورة الرضا بما قَسم الله وعدم مد الطرف إلى بعيد، يقول ﷺ: «قد أفلح من أسلم ورزق كفافاً، وقنعه الله بما آتاه»، وبما أن الإنسان مهما أوتي فسيجد دائماً من أوتي أكثر منه، فقد وجهنا ـ عليه الصلاة والسلم ـ إلى أن ننظر عند الحاجة نظرة متوازنة ومتعددة الاتجاهات حيث قال: «انظروا إلى من هو أسفل منكم، ولا تنظروا إلى من هو فوقكم، فهو أجدر ألا تزدروا نعمة الله عليكم». والاكتفاء الذاتي يلزم الإنسان أن يعرف موارده جيدًا، ثم يضغط شهوته ورغائبه حتى لا تعدو به

القناعة مصافحة بين راحة اليد وراحة الضمير

حدود ما يملك، وأن يغمض عينيه عن حياة الآخرين، فلا يحاول المقارنة المثيرة.

وأن يوقن بأن سقوطه رهن بمد يده إلى هذا أو ذاك. وأنه كلما ترفع واستعف ملك نفسه، وثبت كرامته، وعاش وجيها في الدنيا والآخرة[1].

وفي مثل هذا تغنى الشاعر:

غنيت بلا مال عن الناس كلهم   وإن الغنى العالي عن الشيء لا به

يحكي الكاتب بيفر بروك تجربته مع المال فيقول: لقد جمعت من المال الكثير، ولكنني رأيت من واقع التجربة أن الاستمرار في هذه اللعبة خطير وليس له نهاية ويبلع العمر والسعادة، لذلك غيرت عملي واتجاهي إلى عمل آخر أهواه في مجال النشر لا يدر مالاً كثيرًا، ولكنه يحقق لي السعادة وخدمة المجتمع، وإنني أنصح كل رجل أعمال جمع من المال ما يكفيه أن يكف عن لعبة جمع المال، ويتقاعد مبكرًا ليستمتع بما حقق، ويشرع في عمل محبوب، فيه خدمة للمجتمع وإمتاع للوقت[2].

ونحن عندما نتحدث عن الاكتفاء والرضا لا نقصد إطلاقًا الكسل والخمول والرضا بالدون، بل لا بد أن يكون الإنسان طموحاً، متميزًا، ساعيًا للأفضل دائماً، لكنه راضٍ عن الله، شاكرًا

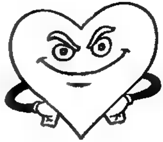
---

(1) قرع على بوابة المجد.. محمد الغزالي.

(2) أسعد امرأة في العالم – عائض القرني.

له فضله، زاهدًا عما في يدي الناس مستشعرًا قول سعيد بن المسيب رحمه الله: «لا خير فيمن لا يريد جمع المال من حله، يُعطي منه حقه، ويكف به وجهه عن الناس».

إشراقة:



إذا أحببت ألا تفوتك شهوتك فاشته ما يمكنك الحصول عليه.

لماذا لا نفكر في النعم التي بين أيدينا بدلاً من النعم التي بين أيدي الآخرين؟

ـ فجأة صرخت زوجته في ألم .. نهض بهلع إلى حيث انطلقت الصرخة فوجدها ملقاة على الأرض تتلوى في ألم شديد. سريعاً طلب الزوج سيارة الإسعاف، وحاول أن يخفف عن زوجته بعض الألم الذي تجده في بطنها والتي كانت تمسكها بقوة..

وتدافعت عشرات الخواطر إلى ذهنه:

- تذكر أنه بالأمس فقط كانا يتشاجران حول سبب تافه.. تذكر أنه أخبرها منذ أشهر أنه يتضايق من كلامها وأسلوبها في الحياة.. تذكر الزوج كم أغضب زوجته.. وكم آلمها.. تذكر كم أسمعها كلمات كان يعلم قبل أن يتفوه بها أنها ستحزنها..

ونالت دمعة حريتها وسقطت على جسمان زوجته الراقد في وهن بين يديه، وتحررت معها آلاف المعاني التي تسكن وجدانه.. نادها ألا ترحل.. ناداها أن تعود فهو لا يستطيع العيش بدونها.. نادها باسم الحب الذي كان بينهما أن تجيب عليه..

وسكن الجسد إلى الأبد.. بعدما أيقظ مشاعره الميتة.. ولكن بعد فوات الأوان.

أسئلة أملتها علي تلك القصة الحزينة: لماذا ننتظر دائما المصائب لتخبرنا بقيمة ما بين أيدينا؟

لماذا لا ندرك قيمة الصحة إلا عندما نمرض؟

لماذا لا نستشعر الحب إلا حينما نفقده؟

لماذا لا نستشعر قيمة الأصدقاء.. والأهل.. والجمال.. والناس إلا حينما يرحلون؟

ثمة سؤال آخر لا يقل أهمية: لماذا تبدو مشاكلنا اليومية والتي كنا نراها مشاكل رهيبة ومصيرية بتلك الضخامة حينما تواجهنا الكوارث؟

لماذا نستصغر مشاكلنا العابرة ـ فقط ـ وقت المصائب؟

أيها الزوج الفطن.. أيتها الزوجية الذكية.. انظروا إلى النعم التي بين أيديكم الآن.. انظروا إلى حجم الهبات التي تفضل بها الله عليكم، انظروا إلى كل ما حولكم مرددين.. رب أوزعني أن أشكر نعمتك.. ستتضاءل مشاكلنا حتما حينما نستشعر تلك النعم..

سنحب كل من حولنا حينما نعلم يقينا أن حياتنا صغيرة.. أصغر من أن نضيعها في التذمر والخلاف والشقاق..

سنفرح حينما ندرك أن حياتنا ثمينة.. أثمن من أن تكون مرتعًا للتفاهات والسفاسف.

إن أشد سجون الحياة
سوة .. فكرة بائسة يسكن
فرد منا نفسه بداخلها

يقول تعالى: ﴿ولئن شكرتم لأزيدنكم﴾

كم نحن بحاجة أن نشكر الله على نعمة المنزل الذي يأوينا وإن كان صغيرًا..

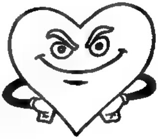
كم نحن بحاجة أن نشكر الله على الثلاجة المكتظة بالأطعمة المختلفة.. والطفل الراقد بسلام.. والأصدقاء الذين يحبوننا..

- إن استشعار نعم الله ومعرفة حقيقة الحياة التي نحياها وإدراك طبيعتها، هو سبيلنا الأول كي نحيا حياة سعيدة.

وما أجمل قول ابن الرومي:

إذا ما كساكَ اللّهُ سربال صحة ... ولم تخلُ من قوتٍ يحل ويعذبُ

فلا تغبطنَّ المترفينَ فإنهم ... على حسبِ ما يكسوهمُ الدهرُ يسلبُ



إشراقة:

القناعة والطمع هما الغنى والفقر، فربَّ فقير هو أغنى منك، وربَّ غني هو أفقر منك[1].

---

(1) هكذا علمتني الحياة، مصطفى السباعي.

بل أختارك والله عليها..

هي ابنة المجد، سليلة الملوك، أبوها خليفة، وإخوتها خلفاء، حازت الشرف والرفعة، تنقلت بين القصور، وتزينت بأغلى الجواهر، تزوجت ممن تريد وعاشت في النعمة سنين.

حتى إذا تهيأ زوجها لحكم البلاد واعتلاء منصة التتويج كخليفة للمسلمين زهد في الدنيا، واستشعر ثقل المسئولية الملقاة على عاتقه، ولكن ماذا يفعل مع زوجته التي تربت في كنف العز، هل ستقبل أن تعيش معه عيشة الزاهدين، أم تتمرد وتطلب الفراق؟

فرأى أن يخيرها بين أن تظل معه في شظف من العيش، أو يسرحها سراحاً جميلا.

فما كان منها إلا أن أقبلت عليه بقلبها وروحها، طلقت دنياها وارتضت أن تأخذ بيد زوجها نحو غايته النبيلة.

ويدأ زوجها يتجرد من نعيم الحياة، فرد كل أملاكه إلى خزائن المسلمين، ولم يتبق لدى زوجته سوى بعض الجواهر، فقال لها: (أنت تعلمين أن هذه الأموال أخذها أبوك من المسلمين وأهداها إليك وأنا أكره أن تبقى معي) وعليك بأن تختاري بين أن ترديها

لو كان المال يغني
عن الرجال لما
ـجت بنات الملوك

أو نفترق، فقالت له كلمتها الخالدة: بل أختارك والله عليها، وعلى أضعافها لو كانت لي، وردت الجواهر إلى بيت مال المسلمين، وعاشت معه حياة صعبة قد لا تصبر عليها كثير من الزوجات اليوم، لكنها كانت صابرة طائعة، مدركة جيدًا عظم الرسالة التي يحملها زوجها، فتعينه عليها.

ومات زوجها أمير المؤمنين وتولى أخوها الخلافة فجاءها بجواهرها وأموالها، لكنها رفضت وقالت: لا والله، أبداً، ما كنت أطيعه حيًا وأعصيه ميتًا، لا حاجة لي بها. فقسمها أخوها على نسائه وهي تنظر إليهن.

هل عرفتم من هي تلك الزوجة الوفية الطاهرة، إنها فاطمة بنت عبد الملك، زوجة أمير المؤمنين عمر بن عبد العزيز ﷺ.

أين اليوم الزوجة الوفية التي تقف مع زوجها في شدته، وتكون له عونًا على المصاعب.

(إن بعض البيوت مات الوفاء بها، وكفن ودفن، وصلي عليه صلاة الجنازة، وبيوت بلا وفاء، قلوب بلا نبض، وهياكل بلا روح، وزهر بلا رحيق.

ووقفة تأمل صادقة مع الذات، في فهم قداسة العلاقة بين الزوجين كافية – عند العقلاء من الأزواج – لأن تضرب شجرة الوفاء بجذورها في أعماق قلبيهما)[1].

---

(1)محمد العوضي مجلة الفرحة الكويتية.

ميزانية المنزل.. كيف تنظمينها؟

ميزانية البيت هي الصداع الدائم في ذهن كل زوجة.. فالاحتياجات لا تنتهي والموارد كما هي لا تزداد، وقليل هن النساء العاقلات اللاتي يستطعن السيطرة على مصاريف البيت وتدبير النفقة، وقديما قال علي بن أبي طالب ﷺ:

إِذا لم يكن في منزلِ المرءِ حـرةٌ مدبـرةٌ ضاعـتْ مروءةُ دارهِ

وكثير من مشاكلنا الزوجية تنبع من الميزانية التي لا نعرف كيف ننظمها، وفي كتابها الممتع (ادفعي زوجك إلى النجاح) تضع (دوروثي كارنيجي) عدة نقاط تساعدك في تنظيم ميزانيتك:

1- دوني كافة النفقات، بحيث تتضح لك صورة كاملة لكيفية إنفاق الدخل، وأوجه هذا الإنفاق.

ذلك أننا لا نستطيع إدخال التحسينات، أو تلافي العيوب في شيء لا يكون واضحًا جليًا أمامنا، وكذلك لا يمكننا أن نضع أيدينا على ما نستطيع ادخاره، ما لم نعرف بالضبط ماذا ننفق؟ وفيم ننفق؟

المرأة ظل الرجل
عليها أن تتبعه
لا أن تقوده

2- ضعي ميزانيتك على أساس حاجات أسرتك، وابدئي هذه الميزانية بالأبواب الثابتة

كإيجار المنزل، ونفقات الطعام، وسداد الديون، والمياه والكهرباء ونفقات المدارس، ثم تدرجي بعد ذلك إلى الحاجات الأخرى، كالثياب والنفقات والمواصلات ومصروف الجيب.. وهكذا تتدرجين من الأهم إلى المهم واعلمي أن المرء لا يستطيع أن يحصل على كل شيء، ومن ثم تحتم عليه أن يوفر أولا مطالبه الأساسية.

3- خصصي في ميزانيتك بندًا للطوارئ، فأكثر خبراء الميزانيات ينصحون بادخار جانب من الدخل على سبيل الاستعداد للطوارئ، ولكن هؤلاء الخبراء يحذرون من المبالغة في هذا الادخار، الأمر الذي ينتهي إلى العزوف عن الادخار إطلاقًا.

4- ضعي الميزانية بالاشتراك مع أسرتك.. فإنها تأتي أوفى بمطالب الأسرة إذا تعاون على وضعها أفراد الأسرة جميعًا.

5- لا تجعلي رائدك في الإنفاق هو ما ترغبين فيه، بل اجعلي رائدك هو ما يلائم ميزانيتك ودخل أسرتك.

6-عدم الانسياق وراء التقسيط؛ لأن له سحرًا قد يدفع بالأسرة إلى المغالاة في التزاماتها.

7- ضرورة الاستعداد للمصروفات الضخمة، مثل مصاريف المدارس وغيرها.

8- تذكري أن البيت الذي يشيع فيه الاضطراب المالي، وهو حتما البيت الذي يلتزم بوضع ميزانية محددة من نوع ما.

9- إذا عجزت عن الملائمة بين الدخل والمصروف فاسألي غيرك النصيحة.

10- عودي أبناءك كيف يكونون مسئولين عن المال، وكيف يحافظون عليه.

11- إذا لم تستطيعي حل مشاكلك المالية.. فالأفضل ألا تقتلي نفسك حسرة على ما ليس منه بد، وحاولي التكيف مع هذا الواقع[1].

أثبتت التجارب أن الرجل مهما كان غنيًا يضيق بالزوجة المبذرة

(1)كيف تنظم شؤونك وشئون الآخرين - محمد عبد الجواد.

• يحفل تراثنا العربي بالكثير من الكنوز التي تحتاج إلى تنقيب ودراسة، فالتعلم من حكم السابقين وتجاربهم يوفر علينا الكثير من المحاولات الفاشلة، ومعنا هنا بعض الوصايا البليغة والتي تزيدنا وعيا وإدراكا. والسعيد من اتعظ بغيره وتعلم من خبرات الآخرين. الأولى وصية وصتها أم لابنتها ليلة زفافها، جمعت فيها أصول السعادة الزوجية كاملة..

إذا قرأتها الزوجة وأطالت النظر فيها سترى بين سطورها مخرجًا لجميع المشاكل التي تحدث في حياتها الزوجية. وهذه الوصية معروفة باسم وصية أم إياس، و«أم إياس» هي «أمامة بنت الحارث» زوج «عوف بن ملحم الشيباني»، وقد أوصت ابنتها «أم إياس» وقد اشتهرت الوصية باسمها حيث خطبها «عمرو بن عوف بن حُجر» جد «امرئ القيس» الشاعر، وكان قد خطبها إلى أبيها فزوجه بها، فلما كان بناؤه بها أوصتها أمها وصية لم تدع شيئًا من تأديب المرأة وكفايتها إلا أودعته فيها، ومن عملت بها ستساعدها على أن تنجح في حياتها الزوجية وتحتل في قلب زوجها مكانًا كريمًا. وقد جمعت في نصيحتها بين جودة العبارة ودقة الدراسة، وعمق الفكرة، بادية بتهيئة ابنتها لقبول وصيتها، معتمدة على الإقناع العقلي أكثر من اعتمادها على الإثارة العاطفية.

(أي بنية، إنك فارقت الجو الذي منه خرجتِ، وخلفت العش الذي فيه درجتِ إلى وكرٍ لم تعرفيه، وقرين لم تألفيه، ولو أن امرأة استغنت عن الزوج لغنى أبويها وشدة حاجتهما إليها كنت أغنى الناس عنه، ولكن النساء للرجال خلقن ولهن خلق الرجال، ولقد أصبح بملكه عليك رقيبا ومليكًا، فكوني له أمة يكن لكِ عبداً، واحفظي له خصالا عشرا تكن لكِ ذخراً..

اما الأولى والثانية: فالخضوع له بالقناعة، وحسن السمع والطاعة.. وأما الثالثة والرابعة فالتفقد لمواضع عينه وأنفه، فلا تقع عينه منكِ على قبيح، ولا يشم منك إلا أطيب ريح، وأما الخامسة والسادسة فالتفقد لوقت منامه وطعامه، فإن تواتر الجوع ملهبة، وتنغيص النوم مغضبة، وأما السابعة والثامنة فالاحتراس بماله، والإرعاء على حشمه وعياله، وملاك الأمر في المال حسن التقدير، وفي العيال حسن التدبير، وأما التاسعة والعاشرة فلا تعصين له أمرًا، ولا تفشين له سرًّا، فإنك إن خالفتِ أمره أوغرتِ صدره، وإن أفشيتِ سره لم تأمني غدره...

ثم إياكِ والفرح بين يديه إن كان مغتماً، أو الكآبة بين يديه إن كان فرحًا، فإن الأولى من التقصير، والثانية من التكدير.

أنت تسب زوجتك إذا امتدحت امرأة أخرى أمامها

ولا تلحقي به فيقليك (أي لا تكوني لحوحه فينفر منك) ولا تباعدي عنه فينساكِ، وكوني أشد

ما تكونين له إعظاماً يكن أشد ما يكون لكِ مرافقة، واعلمي أنك لا تصلين إلى ما تحبين حتى تُؤثري رضاه على رضاك، وهواه على هواك فيما أحببتِ أو كرهتِ. والله يخير لك).

وهذه وصية أخرى لأب قام بمقام الأم مع ابنته بعد وفاة أمها وهو «خارجة الفزاري» الذي كتب إلى ابنته «هند» حين أراد الحجاج أن يتزوجها.

قال: يا بنية. إن الأمهات يؤدبن البنات وإن أمك هلكت، فعليك بأطيب الطيب وهو الماء، وأحسن الحسن وهو الكحل، وإياك وكثرة المعاتبة فإنها قطيعة للود، وإياك والغيرة فإنها مفتاح الطلاق، وكوني لزوجك أمة يكن لك عبدًا، واعلمي أني أنا القائل لأمك:

خذي العفو مني تستديمي مودتي ... ولا تنطقي في ثورتي حين أغضب
ولا تنقريني نقرك الدف مرة ... فإنك لا تدرين كيف المغيب
ولا تكثري الشكوى فتذهب ... ويأباك قلبي والقلوب تقلب
فإني رأيت الحب في القلب والأذى ... إذا اجتمعا لم يلبث الحب يذهب

وقد أجمل خارجة نصيحته بأن تهتم ابنته بنظافتها الشخصية وزينتها وعدم الثرثرة في كل الأمور، والحد من الغيرة، والطاعة في كل الأمور، ومراعاة حال الزوج النفسية، ومشاركته مشاعره.

ولزوجة الحطاب مذهبها في الحب..

حيث تقول: إن زوجي إذا خرج يحتطب أحس العناء الذي لقيه في سبيل رزقنا، وأحس بحرارة عطشه في الجبل تكاد تحرق حلقي، فأعد له الماء البارد حتى إذا ما قدم وجده، وقد نسقت ورتبت متاعي وأعددت له طعامه، ثم وقفت أنتظره في أحسن ثيابي، فإذا ما ولج الباب استقبلته كما تستقبل العروس عروسها الذي عشقته، مسلمة نفسها إليه.. فإذا أراد الراحة أعانته عليها، وإن أرداني كنت بين ذراعيه كالطفلة الصغيرة يتلهى بها أبوها..

ابنة الصديق وغيرة الزبير..

لنقرأ سويا تلك القصة الجميلة والتي ترويها لنا أسماء بنت أبي بكر رضي الله عنهما، تقول (تزوجني الزبير، وما له في الأرض من مال ولا مملوك ولا شيء، غير ناضح وغير فرسه ـ أي ليس لديه شيء سوى بعير يستقي عليه ـ فكنت أعلف فرسه، وأستقي الماء، وأخرز غربه ـ أي أخيط دلوه ـ وأعجن، ولم أكن أحسن أخبز، وكان يخبز جارات لي من الأنصار، وكن نسوة صدق ـ أي نساء صالحات ـ وكنت أنقل النوى من أرض الزبير التي أقطعه رسول الله إياها، على رأسي، وهي مني على ثلثي فرسخ، فجئت يومًا والنوى على رأسي، فلقيت رسول الله ﷺ ومعه نفر من الأنصار، فدعاني ثم قال «إخ إخ» ليحملني خلفه، فاستحييت أن أسير مع الرجال، وذكرت الزبير وغيرته، وكان أغير الناس، فعرف

أذكى الأزواج هو الذي ينادي زوجته مهما تقدم عمرها يا صغيرتي

رسول الله ﷺ، أني استحييت، فمضى فجئت الزبير، فقلت لقيني رسول الله ﷺ، وعلى رأسي النوى، ومعه نفر من أصحابه، فأناخ لأركب فاستحييت منه، وعرفت غيرتك. فقال: والله لحملك النوى كان أشد علي من ركوبك معه. قالت حتى أرسل إلي أبو بكر، بعد ذلك، بخادم تكفيني سياسة الفرس، فكأنما أعتقني)[1].

هذه أسماء ابنة الصديق وأخت عائشة وزوجة الزبير وأم عبد الله، من موقفها النبيل استخرجنا ثلاث فوائد:

1- مساعدة زوجها في أيام عسرته وصبرها عليه، وانظري لقولها في آخر الحديث (فكأنما أعتقني) لتستشعري مدى الجهد الذي كانت تبذله تلك الزوجة.

2- رغم تعب أسماء، وكدها، إلا أنها لا تنسى أبدا حق زوجها، وتراعي غيبته، وتأبى أن تركب خلف رسول الله، حفاظا على مشاعر الزبير واحترامًا له، رغم أنه لن يلومها أحد إن فعلت وهذا ما حدث من زوجها بعد ذلك بقوله (والله لحملك النوى كان أشد علي من ركوبك معه).

3- قول أسماء (ذكرت الزبير وغيرته، وكان أغير الناس) يعلمنا أن صفات الزوج وإن كانت ـ من وجهة نظرنا ـ مبالغ فيها إلا أنها تحترم وتقدر.

* * *

(1)رواه البخاري.

إنني أريد إفهام المؤمنين أن الحياة في سبيل الله، كالموت في سبيل الله جهاد مبرور، وأن الفشل في كسب الدنيا يستتبع الفشل في نصرة الدين ..

محمد الغزالي

إن الإيمان هو دواؤنا من كل المشاكل التي نمر بها، فالقلب الموصول بالله هادئ مطمئن لا تهزه النوائب ولا تؤثر فيه صروف الدهر، فطاعة الله تعطي للمؤمن ثقة في نفسه، هدوء في طبعة، حسن ظن في دهره.

وتعد الطاعات من الأشياء التي تؤثر بقوة في حياتنا الزوجية، فللحسنة التي يقوم بها الزوج أو الزوجة أو كلاهما مجتمعين نور وبهاء ينعكس على حياتهما، وهذا ما دفع التابعي الجليل الفضيل بن عياض ـ رحمه الله ـ أن يقول إني لأعرف طاعتي من معصيتي من خلق زوجتي وعثرة دابتي..

كل رجل هو في بيته طفل صغير

ونحن كمسلمين تحكمنا النوايا، فلا نقوم

بعمل صغيرًا كان أو كبيرًا إلا ونحتسب من وراءه نية صالحة، فطعامنا ننوي به التقوي على عبادة الله.. وجوعنا صيام في سبيل الله.. حتى لهونا ننوي به وجه الله..

ويضرب لنا الراشد محمد أحمد نموذجا لم أسلفناه، فيقول (.. لو أسلف مسلم حسنة في المساء، من صدقة، أو صلاة بوقتها، أو أمر بمعروف، أو إغاثة لهفان، أو تفهيم علم، أو بذل شفاعة، أو ستر عرض، أو تخذيل عن شر، أو خلافة غاز مجاهد، فماذا يحدث له في الصباح؟

يستيقظ فإذا زوجته مبتسمة في وجهه، وإذا أولاده يستيقظون مع أول نداء، على أتم نظافة، وكل قد كتب واجبه المدرسي وجمع كتبه، فإذا أفطر: كان طعامه لذيذا، وتودعه زوجته بابتسامة أيضا. حتى إذا ركب سيارته -وهي دوابنا اليوم- وجدها سلسة تشتغل مع أول إدارة للمفتاح، ووجد الإشارات الضوئية خضراء تفتح له الطريق مرحبة به، والسائق الذي أمامه يسير وفق الأصول بأدب وأصول، حتى شرطي المرور يرفع يده له بالتحية، فإذا دخل مكتبه الوظيفي: وجده نظيفاً، وجاءه من المراجعين أهل الرفق والأخلاق. فإذا رجع: لم يجد ألذ من طعامه، وهكذا سائر يومه!

ثم لو أسلف سيئة في ليلة أخرى: من غيبة، أو بخل، أو تقاعس عن نجدة، أو تأخير صلاة، أو تنابز بالألقاب، أو منع خير، أو أذى جار، أو انتصار بالباطل لزوجه في تعاملها مع زوج

صاحبه، فماذا يحدث له؟

يستيقظ فإذا زوجه ذات عبوس وتأفف، ولا يدري سببًا منه مباشراً في إغضابها، ثم بعد قليل إذا بها تولول، ولربما فتش عن الفرد الضائع من حذاء ابنه نصف ساعة، حتى يتأخر عن دوامه المدرسي، ويكون طعامه مالحاً لا يكاد يسيغه، وتعذبه سيارته نصف ساعة أخرى لكي تشتغل، وتكون كالدابة الشموس، ويجد الإشارة الضوئية حمراء في وجهه، ويبتلى بسائق طائش عن يمينه، ثم يوقفه شرطي مرور كان قد تشاجر مع زوجه هو الآخر فيفرغ همومه فيه، ويحرر له مخالفة هو منها بريء، وقد يبتلى ثالثة في مكتبه بمراجع فوضوي ملحاح يعكر عليه ويشكوه لدى للرئيس، ولربما يجد في الآخر طعام غذائه دخاناً محضاً وتكون زوجه قد نسيت القِدر على النار حتى احترق، ويظل سائر يومه قلقاً كئيباً، حتى أن أقل عقوبته أن توقظه رنة الهاتف وهو في عز نوم القيلولة فيزعجه)(1)..

إن الحسنة تزرع في القلب طمأنينة وراحة تنعكس على حياة المرء كلها، والسيئة يلاحق شؤمها المسلم أينما حل، والفطن هو الذي يحاسب نفسه دوما يعرف من أين أتى الداء فأوجع والخطب فأفجع.

والزوج مأمور كذلك بمراقبة أهله، وتصحيح

الزوج الذي يوقظ
زوجته لصلاة الفجر
سيترفع أن يتشاجر
معها لسبب تافه بسيط

(1)صناعة الحياة.. محمد أحمد الراشد.

أخطائهم كما هو مطالب بمراقبة نفسه، قال تعالى: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لا نَسْأَلُكَ رِزْقاً نَحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَى﴾ [طه: 132]. فالزوج الذي لا يأمر أهله بالصلاة، وإن واظب هو عليها، ويترك زوجته وأولاده يتخبطون في دروب الحياة، وإن اهتدى هو إلى الصراط المستقيم، زوج ظالم لأهله ومحاسب على ظلمه والله سبحانه وتعالى يقرع آذان هؤلاء بقوله: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلائِكَةٌ غِلاظٌ شِدَادٌ لاَّ يَعْصُونَ اللهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ﴾[التحريم: 6]..

(و تبعة المؤمن في نفسه وفي أهله تبعة ثقيلة رهيبة فالنار هناك وهو متعرض لها هو وأهله وعليه أن يحول دون نفسه وأهله ودون هذه النار التي يكون الناس فيها في مهانة الحجارة، وفي رخص الحجارة)[1]. (فلا تسكت عليهم في منكر، ولا ترض لهم بمعصية، ولا تقرهم على خطيئة، فمن مقتضيات محبتهم، ومستلزمات مودتهم؛ حمايتهم من أنفسهم -وهي أول أعدائهم- وحمايتهم من أعدائهم الذين يتربصون بهم، ويكيدون لهم، ويريدون أن يستأصلوا شأفتهم، وبيتك مملكتك، فكيف ترضى أن يعصي فيه ربك؟!)[2].

* * *

(1) سيد قطب – في ظلال القرآن.

(2) 100 فكرة لتربية الأسرة عبد اللطيف الغامدي.

يقول أمير الشعراء:

ينالُ باللينِ الفتى بعضَ ما   يعجزُ بالشدةِ عن غَصْبِهِ

واللين سمة من سمات العقلاء، ودلالة على عظمة النفس وعليائها، وهو كذلك عنوان القلوب المؤمنة فعن عائشة رضي الله عنها أنها قالت: (ما خير رسول الله ﷺ بين أمرين إلا وأختار أيسرهما، ما لم يكن إثما، فإن كان إثماً كان أبعد الناس منه، وما انتقم رسول الله ﷺ لنفسه إلا أن تنتهك حرمة الله فينتقم لله بها)[1]. ومن الناس صنف غريب يظن أنه بنجاحه في رسم تقضيبة على جبينه، وزرع الصرامة في قوله قد برهن على رجولته، وعظم مسئوليته، وهذا أبعد ما يكون عن الحق، فالإسلام يريد صياغة الزوج صياغة معتدلة، فهو مسئول لكنه غير صارم ولا قاسٍ، كذلك هو سهل لكنه ليس بمتساهل، دقيق في أمور الحلال والحرام لكنه ليس معقد أو متكلف.

يقول نبي الرحمة ﷺ: «ما كان الرفق في شيء إلا زانه، وما نزع من شيء إلا شانه»، أما هؤلاء الذين يقيمون الدنيا ويقعدونها بسبب وجبة تأخر إعدادها أو قميص

تقلبني الأشواق
وخزًا كأنني
بكف الهوى
ثوب قديم يرقع

(1)رواه البخاري.

قد نزع أحد أزراره، فليس لهم من الخير نصيب، ومن الحكم العمرية أن أمير المؤمنين عمر بن الخطاب ﷺ جاءه أحد المرشحين لتولي حكم ولاية إسلامية، فسأله ﷺ عن حاله مع أهله، فانتفخت أوداج الرجل واشرأب عنقه وقال: (إني إذا دخلت البيت قام الجالس، وسكت المتكلم، وعم الصمت أرجاء البيت) فقال له أمير المؤمنين اذهب فوالله لا أوليك أمر المسلمين أبدًا، وكأنه رضوان الله عليه قد أبصر أمامه دكتاتورًا أسريًا يطمع أن تغطي دكتاتورية بلاد المسلمين.

إن المسلم عزيزي الزوج كالنحلة -كما في الحديث- تأكل طيبًا وتضع طيبًا وإذا وقعت على عود لم تكسره.

وهو رغم هذا عند الحق وقافًا، يختزن غضبته لله ورسوله، له في نبيه قدوة ومثل، تقول السيدة عائشة رضي الله عنها: (كان رسول الله ﷺ إذا اطلع -أي علم أحدًا- من أهل بيته كذب كذبة، لم يزل معرضًا عنه حتى يحدث توبة)[1].

والعقاب يجب أن يكون بمقدار الذنب، فليس من المعقول أن يهجر الرجل زوجته شهورًا؛ لأنها أهملت نظافة البيت، أو يشتكيها لأهلها من أجل حبات ملح زائدة في الطعام[2].

---

(1) صحيح الجامع.

(2) اذهبوا للمحاكم لتروا أزواج وزوجات يشتكين بعضهم من أجل أشياء تافهة، والناس تشاهد والصحافة تسجل وتنشر. ولقد قرأت في إحدى الصحف أن زوجة وقفت أمام القاضي تطلب الطلاق؛ لأن زوجها يعلو شخيره أثناء النوم!!!.

والله جل علياؤه يمن على رسوله بأن رحمته سبحانه هي سبب إيمان الناس به والتفافهم حوله، ولو أنه -ﷺ- كان شديدًا فظًا لتركه الناس وذهبوا، يقول -جل اسمه-: ﴿فبما رحمة من الله لنت لهم ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك فاعف عنهم واستغفر لهم وشاورهم في الأمر فإذا عزمت فتوكل على الله إن الله يحب المتوكلين﴾ والرحمة صفة رئيسية لمن أراد كسب القلوب، وبها كان يعرف الأنبياء يقول عبد اللّه بن عمرو: إني أرى صفة رسول اللّه ﷺ في الكتب المتقدمة «أنه ليس بفظ، ولا غليظ، ولا صخّاب في الأسواق»[1].

و ما أجمل قول الشاعر:

خذ الأمور بـــــرفق واتئد أبـــدا ... إياك من عجل يدعو إلى وصب

للرفق أحسن ما تؤتى الأمور بـــه ... يصيب ذو الرفق أو ينجو من العطب

وأجمل منه قول رسول الله ﷺ. «ألا أخبركم بمن يحرم على النار، أو بمن تحرم عليه النار؟ على كل قريب سهل لين» صدق رسول الله ﷺ.

المسلم كالنحلة تأكل طيبًا وتضع طيبًا وإذا وقعت على عود لم تكسره

(1)مختصر ابن كثير للصابوني.

إن عقد الزواج هو أهم وأغرب عقد في تاريخ أي إنسان منا، أما أهميته فتأتي من أنه هو الذي يرسم لنا حياتنا المستقبلة، ويجعل للزوج أهلا جددًا، فهو يختار زوجة وعائلة، ويختار لأبنائه أمًّا وأخوالاً وخالات وأجدادًا، والغرابة تأتي لأنه العقد الوحيد الذي لا يرتبط بمدة، ولا يبطله وفاة أحد الطرفين!

نعم، فالزوجان في الدنيا يكونان زوجين في الجنة إن صلح حالهما، ولذلك عندما خافت السيدة سودة بنت زمعة رضي الله عنها من أن يطلقها رسول الله قالت له: (لا تطلقني فإني أحب أن أبعث مع نسائك يوم القيامة)[1]، ولهذا كان لزامًا لهذه العلاقة الأبدية من قانون ينظمها، ومنهجية تسير وفقها، ونحن كمسلمين نتميز عن أهل الأرض جميعا بقانوننا الإسلامي الذي ينظم تلك العلاقة ويهتم بكل صغيرة فيها وكبيرة، ولقد شاهدت في أحد البرامج التليفزيونية حلقة عنوانها (المشكلات الزوجية وكيفية حلها)، ولكم أدمى قلبي أن أرى رجالاً هم في نظر المجتمع من الصفوة المثقفة الواعية وهم يتخبطون باحثين عن حل لتلك المشكلة، وكانت حلولهم سخيفة ليس لها قواعد ولا تبشر بخير، فرجعت ببصري إلى المنهج القرآني الذي بين يدينا وذلك التراث

(1) الجامع لأحكام القرآن الكريم للقرطبي.

النبوي الراقي فحزنت كيف يكون الحل أمام أعيننا، ونبحث عنه في غير موضعه.

إن الحل لكل مشاكلنا، يكمن في كتاب الله وسنة نبيه ﷺ.

غير أني أحب أن أشير إلى شيء هام خاص بالإخوة الذين يتجهون إلى علماء الإسلام باحثين عن حل لمشكلاتهم الحياتية، وهو أن الإسلام غير مسئول عن مشكلات تكونت عندما كنا بعيدين عنه، فالزوج الذي تزوج امرأة ليس لها دين والمرأة التي تزوجت رجلا معدوم الأخلاق، ماذا يفعل لهم الإسلام؟! إنهم إن كانوا حقًا يبحثون عن الحل ويرتضون العلاج الإسلامي فعليهم أن يعودوا إليه ويلتزموا بحدوده، وهو كفيل بأن يوفر لهم مناخًا نظيفًا ينبض بالبهجة، ويفوح بالسرور. أما أن نهمل الإسلام ونسير على هوانا، ثم إذا وقعت المشكلة قلنا أفتنا يا شيخ!! فهذا ما لا يصح ولا يعقل..

هذا دســـتورنا..

ومن بين ثنايا الكتاب الكريم وأقوال خير المرسلين اخترت تلك الآيات والأحاديث، لنرى سويا إلى أي درجة بلغ الاهتمام الرباني بتلك العلاقة وبدقائقها. قال تعالى:

كانت أخر كلمات النبي صلى الله عليه وسلم قبل موته (الصلاة.. الصلاة وما ملكت أيمانكم)

1-﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللهُ وَاللاَّتِي تَخَافُونَ

نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلاَ تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً إِنَّ اللهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا﴾ [النساء: 34].

2- ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ وَاللهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾ [البقرة: 228].

3- ﴿فَلاَ تَمِيلُوا كُلَّ الْمَيْلِ فَتَذَرُوهَا كَالْمُعَلَّقَةِ وَإِن تُصْلِحُوا وَتَتَّقُوا فَإِن الله كان غَفُورًا رَّحِيمًا﴾ [البقرة: 129].

4-﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِن كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ [النساء 19].

5- ﴿فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ سَرِّحُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ﴾[البقرة: 231].

6- ﴿وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى وَلاَ تَنسَوُا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ [البقرة: 237].

7- ﴿وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لاَ تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلاَّ وُسْعَهَا﴾ [البقرة: 233]. يقول الشيخ سيد سابق: والمراد بالمولود له: الأب. والرزق في هذا الحكم: الطعام الكافي. والكسوة: اللباس. والمعروف: المتعارف في عرف الشرع. ومن غير تفريط ولا إفراط(1).

8- ﴿وَاللاَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلاَ تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً﴾[النساء: 34].

---

(1) فقه السنة – 2.

9- قال رسول الله ﷺ حينما سئل عن حق الزوجة: «**أن تطعمها إذا طعمت، وتكسوها إذا اكتسيت، ولا تقرب الوجه، ولا تقبح ــ أي لا تشتم ــ ولا تهجر إلا في البيت**».

10- وعن حصين بن محصن قال: حدثتني عمتي فقالت: أتيت رسول الله ﷺ لبعض حاجتي فقال لي: «**أي هذه، أذات بعل؟**» قلت نعم. قال: «كيف أنت له؟» قالت لا آلوه - أي لا أقصر في خدمته - إلا ما عجزت عنه. قال: «**فانظري أين أنت منه فإنما هو جنتك ونارك**»(1).

وهذه الآيات والأحاديث - وغيرها كثير- تضع منهجًا للعلاقة الزوجية، وتعد مرجعية واضحة للزوج والزوجة يرجعان إليها حال التباس الأمر عليهم، أو في حالة وجود خلاف واقع بينهما.

نقطة هامة أحب أن أوضحها هاهنا وهي أنه من الخيانة أن يستدعي المرجعية الطرف الذي يرى أنها تؤكد وجهة نظره وتقويها، ويتجاهلها حينما لا توافق هواه، بل يجب أن تكون مرجعيتنا هي شريعة الله التي نحكمها وننزل على رأيها سواء وافق هذا هوانا أو اختلف معه.

العالم يفسح الطريق للمرء

الذي يعرف إلى أين هو ذاهب

---

(1)رواه الترمذي وسنده صحيح.

الزوجة عصبية.. مضطربة.. دون سبب ظاهر أو معروف!

الزوج.. حائر.. لا يدري لماذا هي كئيبة، ومتضايقة، وسريعة الانفعال!

هذه هي حالة الطوارئ الأسرية التي تحدث شهريا، والتي يطلق عليها (الدورة الشهرية أو الحيض).

فما هو الحيض وما هي أعراضه؟

الحيض هو عملية يحدث فيها انفصال وتفتت لبطانة الرحم وتنزل بطانة الرحم المفتتة مارة من خلال عنق الرحم ثم المهبل لتظهر خارج الجسم كدم حيضي عن طريق جهاز حيوي معقد يعمل بالإشارات الهرمونية فيما بين المخ والأعضاء التناسلية.

وحوالي 80٪ من النساء يعانين بعض الضيق أو التعب (أو ما يسميه العامة ثقلا) وفي أغلب النساء يكون جزءًا طبيعيًا من الحيض نتيجة لانطلاق مادة تسمى البروستاجلاندين.

وثمة نساء أخريات يعانين الألم نتيجة لوجود حالات مسببة، مثل الأورام الليفية، أو المرض الالتهابي الحوضي أو البطان الرحمي أو وجود لولب داخل الرحم، وبعض النساء يعانين الألم أثناء التبييض، أي في منتصف دورتهن الحيضية.

وأعراض هذا الألم تحدث على شكل وجع في الجزء الأسفل من البطن أو ألم موجع في الظهر أو الساقين، وقد يكون الألم مصحوبا بالقيء، أو الإسهال، أو الإمساك، أو الصداع، أو الدوار، أو الإغماء، ويبدأ الألم عادة في يوم بدء الحيض، ويتوقف عند نهاية اليوم الثاني أو الثالث من فترة الحيض[1].

وهذه الأعراض تصيب النساء بحالة من الكآبة والضيق، وخاصة عند بداية الحيض، فتراها متقلبة المزاج، سريعة الانفعال، قليلة الاحتمال، كذلك يصبن بالدوخة والكسل والفتور، بل إن هناك بعض الحالات تصاب بالصداع النصفي قرب بداية المحيض، ولقد ذكرت مؤسسة الصحة العالمية أن المرأة تفقد من دمها ما بين 60 – 240 ميللي لتر، وأن الغدد الصماء تتغير أثناء الحيض فتقل إفرازاتها الحيوية المهمة للجسم إلى أدنى مستوى لها.

بعد كل ما ذكرناه نأتي للسؤال الهام هو: كيف يتعامل الزوج مع زوجته أيام الحيض؟

لقد لفت الإسلام الأنظار إلى أهمية تلك الحالة التي تتعرض لها المرأة فأعفاها من بعض العبادات (كالصلاة والصيام)[2].

حاول أن تتقبل زوجتك فترة الحيض، وتتحمل التقلبات التي قد تحدث على نفسيتها

(1) دليل صحة الأسرة من إصدارات كلية طب هارفارد.
(2) يجب على المرأة بعد انتهاء الحيض أن تقضي ما فاتها من الصيام ولا تقضي الصلاة، والصلاة كما نعلم لم يسقطها ربنا عن المحاربين أو المسافرين أو المرضى، لكنه مع المرأة الحائض أسقطها، ولم يأمرها حتى بإعادتها بعد أن تتطهر.

هذا ديننا يتفهم نفسية المرأة، ويرفض أن يفرض عليها ما هو فوق طاقتها.

ولقد كان رسول الله ﷺ يتعامل مع زوجاته حال الحيض معاملة راقية ليس لها مثيل، فكان يداعبهن ويلاعبهن، وكان وهو المتزوج من أكثر من زوجة يأبى أن يترك زوجته الحائض ليبيت عند زوجة ليست بحائض، تقول عائشة رضي الله عنها: كنت أغتسل أنا والنبي ﷺ من إناء واحد، كلانا جنب، وكان يأمرني فأتزر فيباشرني وأنا حائض، وكان يخرج رأسه إلي وهو معتكف فأغسله وأنا حائض[(1)].

وهذا حديث آخر لعائشة من أروع ما سمعت في هذا باب تقول ـ رضي الله عنها ـ: كنت أوتي بالإناء فأضع فمي فاشرب وأنا حائض، فيضع رسول الله فمه على المكان الذي وضعت فيشرب، وأوتي بالعرق ـ عظم عليها لحم ـ فانتهس ـ أخذ منها بأسناني ـ فيضع فاه على المكان الذي وضعت فينتهس، ثم يأمرني فأتزر وأنا حائض وكان يباشرني[(2)]. ولقد حرم رسول الله ﷺ أن يطلق الرجل زوجته وهي حائض ففي الصحيحين -واللفظ للدارقطني- عن عبد الله بن عمر قال: طلقت امرأتي وهي حائض؛ فذكر ذلك عمر لرسول الله ﷺ؛ فتغيظ رسول الله ﷺ فقال:

---

(1)رواه البخاري.
(2)رواه الدارمي.

«ليراجعها ثم ليمسكها حتى تحيض حيضة مستقبلة سوى حيضتها التي طلقها فيها فإن بدا له أن يطلقها فليطلقها طاهرًا من حيضتها قبل أن يمسها فذلك الطلاق للعدة كما أمر الله»، وهذا من جميل حكمته ﷺ، فلربما كان الطلاق نتيجة لمشكلة نشأت وزوجة ابن عمر تمر بأعراض الحيض التي ذكرناها آنفا، فأراد عليه الصلاة والسلام أن يؤجلا كل شيء إلى أن تهدأ النفوس وتكون الزوجة في حالة نفسية تسمح لها بالمناقشة والحوار.

مما سبق تأكد لدينا ببراهين طبية ودينية ونفسية أن فترة الحيض من أصعب الفترات التي تمر على الزوجة وبشكل منتظم شهريا، لذلك وجب عليك أخي الزوج أن تعمل جهدك في سبيل توفير مناخ نفسي مناسب لزوجتك، وألا تُحملها فوق طاقتها، وهذا ربنا جل وعلا قد تنازل عن بعض الحقوق التي فرضها عليها، فما ضرك أن تتنازل عن بعض حقوقك شفقة بزوجتك ومرضاة لخالقك ؟.

٨٠٪ من النساء
وقت الحيض يشعرن
بضيق وتعب وعصبية
غير مبررة

الزواج (رؤية وهدف ومبدأ)

الحياة الزوجية عبارة عن مؤسسة أو شركة، لا بد أن يكون لها **رؤية، وهدف**، ومبدأ ولا بد أن تكون هذه الثلاثية واضحة أمام جميع أفراد الأسرة، بدون لبس أو غموض.

ولقد تكفل الإسلام بتحديد الرؤية وهي (رضاء الله سبحانه وتعالى ـ ودخول الجنة) يقول تعالى: **﴿قُلْ إِنَّ صَلاَتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لله رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾**..

ووضع الخطوط العريضة للمبادئ: وهي أن الغاية الكبرى – الجنة- لن تتحقق سوى بطاعة الله، قرآنه دستور، وكلام نبيه أمر، ولا سبيل سواهما لنيل رضاه ودخول جنته.

أما الكيفية (الأهداف): فترك الباب فيها مفتوح للاجتهاد، كل ميسر لما خلق له، فقد نجد أسرة عالية إيمانيا فهي بصلاتها وقيامها تتقرب لربها، وأخرى مبدعة في العمل الخيري فهي تتقرب لله بمالها ومشاريعها، وثالثة ضربت بسهم في مجال الخطابة والدروس وتعليم المسلمين.

وسبع اهمية وجود الهدف المشترك من كونه يجعلنا نعلوا فوق مشكلاتنا، ونراها في حجمها الطبيعي كخلاف ميسور علاجه، وتفكيرنا المستمر في كيفية تحقيق الهدف يجعل أذهاننا تستصغر ما يواجهها من عقبات وهموم.

يقول د. صامويل كلينج مؤلف كتاب (دليل الزواج): إن توفر الهدف المشترك بين الزوجين أساس للزواج السعيد، وليس يهم ما هو الهدف، قد يكون بيتًا جديدًا، أو رحلة إلى أوربا، أو تكوين أسرة كبيرة.. ليس يهم الهدف، بقدر ما يهم اشتراك الزوجين في التطلع إليه والسعي لتحقيقه[1]، إلى أن يقول: (المهم أن يتمثل الزوجان هدفًا نصب أعينهم ويبذلا جهدهما لتحقيقه.. فالمتعة، والرضا، والسعادة، إنما تأتي من الاشتراك في الآمال والأحلام.. في التخطيط والبناء، في اقتسام الهزيمة والانتصار.. في المشاركة في الإخفاق والنجاح)[2].

***

أول خطوة كي تحيا حياة عظيمة هو أن تسخر تلك الحياة لهدف عظيم

(1) أصاب الكاتب في قوله بأهمية الهدف، إلا أنني أختلف معه في فوضوية الأهداف، أو اختيار أي هدف لجمع الزوجين وأرى -كمسلم- أن أهدافنا حتى وإن كانت ترفيهية ودنيوية إلا أنها يجب أن تخدم الغاية الكبرى وهي (رضا الله عز وجل).

(2) نقلا من كتاب: ادفعي زوجك إلى النجاح لدروثي كارنيجي.

الرؤية : رضاء الله جل وعلا

↓

المبدأ : الله سبحانه وتعالى هو الأول في حياة الأسرة، فكل قرار يتخذه أحد أفراد الأسرة لا بد وأن لا يحيد عن المبدأ.

↓

بعد وضوح الرؤية وتحديد المبدأ يبدأ وضع الأهداف وتتكون إلى أهداف إستراتيجية (كبرى) وأهداف مرحلية أو تكتيكية تخدم الأهداف الكبرى .

↓

أهداف إستراتيجية (كبرى): وهي الأهداف البعيدة كأن يكون بيتي قدوة وتطبيق للبيت المسلم المثالي، إعداد أبنائي ليكونوا شرف للإسلام وفخر للأمة، إقامة مشروعي الخاص يجب تحديده بدقة ليوفر لي حياة كريمة ويكفيني وأهلي مؤنة العيش، إلى أخره من المشاريع ذات المدى الزمني البعيد.

↓

أهداف تكتيكية (مرحلية): وهي الأهداف القريبة وتعتبر جزءا من الأهداف الكبرى وتؤدي إليها في النهاية مثل : تجاوز أزمة مالية، كفالة يتيم، عمل جدول لحفظ القرآن، مخطط لصلة الرحم وزيارة الأقارب، وما إلى ذلك من الأهداف ذات المدى الزمني القريب.

ورضا الله هو مطلب الزوجين الليبيين اللذان يأنفان أن ينزلا من سماء مطلبهما العالي، فهم بقلوبهم وأعمالهم في سفر دائم إلى الله، وسالك درب الرقي، يحتاج إلى إشارات توضح له صحة سيرة، وترشده إلى المسلك الصحيح ومن هذه الإشارات:

1- الاستعانة بالله في كل أعمالنا الصغير منها والكبير وشعارنا في هذا (كن مع الله، يكن الله معك).

2- إحسان الظن بالله والتفاؤل، والثقة بالنجاح.

3- الهدف النبيل لا يمكن تحصيله إلا بوسيلة مشروعة.

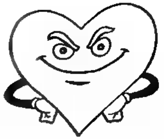
4- تحويل الأفكار إلى مشاريع مكتوبة، مع عدم التسويف.

5- الالتزام بالخطط وعمل جداول زمنية لكل مهمة.

6- القيم دائماً لا تقبل المساومات، وليكن رسوخ الحق في القلوب متينا.

فلما تلاقينا كتبنا بأعين
كتبا أعجمنها الحواجب

إشراقة:



اجتمع نفر من الصالحين يتحدثون عن حب الله، ثم التفتوا إلى الإمام الجنيد وقالوا: هات ما عندك يا فتي وكان أصغرهم سنا. فأطرق برأسه، ودمعت عيناه. ثم قال: عبد ذاهب عن نفسه، متصل بذكر ربه، قائم بأداء حقوقه، ناظر إليه بقلبه، فإن تكلم فبالله. وإن نطق فعن الله. وإن تحرك فبأمر الله. وإن سكن فمع الله. فهو بالله ولله ومع الله.

فبكى الشيوخ وقالوا: ليس بعد حديثك مزيد، جزاك الله خيرا [1].

(1) تهذيب مدارج السالكين لابن القيم.

العمل الأسري الجماعي

إذا كانت المسألة الحسابية تؤكد أن (1+1+1=3) فإن المسألة الإنتاجية تقول إن (1+1+1= أكثر من إنتاجية الثلاث أشخاص إذا عمل كل منهم بمفرده) أو كما يقول ستفن كوفي: إن الكل أكبر من حاصل جميع أجزائه. ولهذا كان لزامًا على الأسرة الذكية أن توحد هدفها من أجل أفضل النتائج، فقد يكون هدف جميع الأفراد مرضاة الله جل وعلا، ولكنهم متفرقون كل يحاول الوصول لهدفه بطريقة مختلفة عن الآخر، فتقل إنتاجيتهم، فضلاً عن الفتور الذي قد يصيبهم من جراء الوحدة وعدم وجود الشريك المحفز.

وسنة التعاون والعمل الجماعي فطرة جبل الله عليها جميع المخلوقات وليست في الإنسان فحسب، يقول الشاعر:

النمل تبني قراها في تماسكها   والنحل يجني رحيق الشهد أعوانًا

وعندما يجتمع أفراد الأسرة كفريق، ويتم عمل أنشطة واجتماعات ومشاريع، ترتفع وبقوة أسهم السعادة، والصراحة، والاحترام المتبادل. إن الهدف المشترك -وخاصة الدعوي- يضرب وبقوة مركز المشكلات الأسرية في الصميم، ويجعل الريح دائمًا في صالح مركب الحب. بالإضافة إلى البركة التي تحل على العمل الجماعي.

احتضن يد زوجتك وقل: أسأل الله أن يجمعنا في الجنة

* * *

دليل البيوت المؤمنة

1 أن يكون البيت حيًا: قال رسول الله ﷺ: «مثل البيت الذي يذكر الله فيه، والبيت الذي لا يذكر الله فيه، كمثل الحي والميت»[1]، بالله كيف تكون بيوتنا مؤمنة وهي خاملة لا توقر، ميتة لا تذكر، تراها لا يُسمع فيها ذكر، ولا تضاء جنباتها بآيات من القران، ولا ركعات من قيام.

2 أن يكون البيت قبلة: قال سبحانه وتعالى ﴿وَأَوْحَيْنَا إِلَى مُوسَى وَأَخِيهِ أَن تَبَوَّءَا لِقَوْمِكُمَا بِمِصْرَ بُيُوتًا وَاجْعَلُوا بُيُوتَكُمْ قِبْلَةً وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾ [يونس: 87]، إن البيوت التي تقام فيه الصلاة هي بيوت مباركة، تزورها الملائكة وتنفر منها الشياطين، وتتنزل عليها رحمات الله، ولقد حثنا الرسول بالصلاة في البيوت فقال ﷺ: «خير صلاة المرء في بيته إلا الصلاة المكتوبة»[2].

3 التواصي بين الزوجين: فالفرد قد يفتر ويمل، والبيوت المؤمنة تراها قائمة على التواصي،

ما أحقر السرور يجئ
وليد غفلة عن الحقوق
المقدسة أو ذهول
عن الواجبات الكبار

(1) رواه مسلم.
(2) صحيح الجامع.

فالزوج يتعهد زوجته دائمًا ويسألها، هل صلت فرضها، هل أنهت ذكرها، هل قرأت وردها، والزوجة تحث زوجها على فعل الخير وتدفعه إلى صنع الجميل وجمع الحسنات، ولنا في رسول الهدى قدوة فقد كان يقوم الليل فإذا أوتر قال: «قومي فأوتري يا عائشة»[1]، وقال ينصحنا ﷺ: «رحم الله رجلاً قام من الليل فصلى فأيقظ امرأته فصلت، فإن أبت نضح في وجهها الماء، ورحم الله امرأة قامت من الليل فصلت فأيقظت زوجها فصلى، فإن أبى نضحت في وجهه الماء»[2].

4 وفي سورة البقرة حرز للبيوت: قال رسول الله ﷺ: «اقرءوا سورة البقرة في بيوتكم، فإن الشيطان لا يدخل بيتا يقرأ فيه سورة البقرة»[3].

5 وللسواك حديث: عن عائشة رضي الله عنها قالت: كان رسول الله ﷺ إذا دخل بيته بدأ بالسواك. رواه مسلم.

6 وأخيرا لا تنسوا الأذكار: فلها فضل عظيم، وأثر بالغ على البيوت قال رسول الله ﷺ: «إذا دخل الرجل بيته فذكر اسم الله تعالى حين يدخل وحين يطعم، قال الشيطان: لا مبيت لكم ولا عشاء هاهنا، وإن دخل فلم يذكر اسم الله عند دخوله قال: أدركتم المبيت، وإن لم يذكر اسم الله على مطعمه قال: أدركتم المبيت والعشاء»[4]، فالله الله في الأذكار، أوصيكم بها ونفسي، فبها نحمي أنفسنا وبيوتنا ومن نحب.

---

(1) رواه مسلم.
(2) رواه أحمد وصححه الألباني في صحيح الجامع.
(3) صحيح الجامع.
(4) رواه مسلم.

ولا يسمعن سري وسرك ثالث ألا كل سر جاوز الاثنين شاع

بين جدران البيت الأربعة، تعيش الأسرة بأفراحها، وأتراحها، بآمالها، وآلامها، وتظل هذه المشاعر المختلفة سرًا يمتلكه الطرفان معاً، فلا يحق للزوج أن يفشي أسرار بيته وكذلك الزوجة لا يحق لها أن تحكي ما دار بينها وبين زوجها، بل يجب أن تحفظ هذه الأسرار في القلوب، والله سبحانه وتعالى أثنى على المؤمنات بأنهن: ﴿قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾ [النساء: 34]، وأشد الأسرار خطورة والتي يشدد على حفظها الإسلام هي الأسرار الجنسية، قال رسول الله ﷺ: **«إن من شر الناس منزلة عند الله يوم القيامة، الرجل يفضي إلى المرأة وتفضي إليه، ثم ينشر سرها»**(1). وعن أبي هريرة قال: صلى بنا رسول الله ﷺ فلما سلم أقبل علينا بوجهه فقال: **«هل منكم الرجل إذا أتى أهله أغلق بابه وأرخى ستره، ثم يخرج فيحدث فيقول: فعلت بأهلي كذا وفعلت بأهلي كذا؟!»** فسكتوا.. فأقبل على النساء فقال: **«هل منكن من تحدث؟»** فجثت فتاة كعاب على إحدى ركبتيها وتطاولت ليراها رسول الله ﷺ ويسمع كلامها فقالت: إي والله... إنهم يتحدثون، وإنهن ليتحدثن فقال عليه السلام: **«هل تدرون ما مثل من**

قلوب الأحرار .. قبور الأسرار

(1) أخرجه أحمد من حديث أبي سعيد الخدري.

فعل ذلك؟. إن مثل من فعل ذلك مثل شيطان وشيطانة لقي أحدهما صاحبه بالسكة فقضى حاجته منها والناس ينظرون إليه»[1].

إن إفشاء الأسرار وعدم حفظ ما يحدث بين الزوجين، يحدث عدم ثقة بينهما، ونفور وشقاق في الدنيا، ويوجب العقاب من الله كذلك يوم القيامة.

إني كتمت حديث ليلى لم أبح يوماً بظاهره أو بخفيه
وحفظت عهد ودادها متمسكاً في حبها برشاده أو غيه
ولها سرائر في الضمير طويتها نسي الضمير بأنها في طيه

لطيفة: السر في نظر المرأة نوعان، نوع تافه لا يستحق أن تحتفظ به، ونوع آخر مهم جدا بحيث لا تستطيع أن تحتفظ به.

* * *

(1)رواه أحمد وأبو داود.

غدا عيد الحب؟!

قال لي صاحبي: كل عام وأنت بخير، غدا عيد الحب!.

فقلت مندهشاً: عجبا لم أعهد أن للحب يوما يتخذه الناس عيدًا، أكمل علي فضلك وأخبرني بأحكامه وطقوسه؟!

قال مستغربًا: عيد الحب يا رجل (فالانتين) أهدِ لزوجتك فيه وردة حمراء، وأسمعها كلام الحب، إنه عيد المحبين، نسترجع فيه ذكرياتنا الجميلة، ونجدد فيه أشواقنا.

فقلت آسفا: إني مسلم يا صديقي، وقد وسعني ما وسع المسلمين أعيادهم أعيادي، وأتراحهم أتراحي، ما لي وقوم قتلوا أنبل معاني الحب ثم اتخذوا لأنفسهم يوما يحتفلون به ويسترجعون ذكرياته، إن لي في الحب مذهبًا لم أر مثله في الدنيا، كل يوم هو عندي عيد للحب، كل همسة هي اعتراف غير مكتوب مني بأني أحب زوجتي، مذهبي في الحب هو الإخلاص لا فالانتين، وسبيلي هو الرحمة والكلمة الطيبة لا الوردة الحمراء، أشواقنا وأمانينا موصولة لم تنقطع..

واسمع ختام مقالتي يا صديقي، إن كنتم تحتفلون بيوم للحب، فأنا أحيا مع الحب 365 يومًا.

الإكراه سلاح كل
فقير في منطقه،
فاشل في إقناعه، أعوزه المنطق
فأسعفته العصا

فقال صاحبي وقد فاجأه ردي: حسبك يا صاحبي، الأمر أيسر من ذلك ماذا يضر لو جعلنا يوما يسترجع فيه الزوجان ذكرياتهما الجميلة، ويتناسيا همومهما؟

فقلت: بل اسمع أنت مني مقالة محب، إننا كمسلمين لنا عيدان، وليس لنا أن نخترع عيدا ثالثا فضلا عن الاحتفال بأعياد الآخرين، ولقد نظرت في عيد الحب فوجدته كاستراحة المحارب فترى الزوجين يعيشان في هم وكمد، حتى إذا جاء هذا اليوم تناسوا تلك الأحزان، وأنى لهم أن ينسوها، أما أنا كمسلم فلقد علمني الإسلام أن أضع رأسي على وسادتي وقد نقيت قلبي من المنغصات، حتى إذا صحوت أبدأ يومي بنفسية هادئة تحب الدنيا، علمني إسلامي أن لا تفارق الكلمة الطيبة لساني، والبسمة شفتي، والرقة طبعي.

فلماذا أحتاج لعيد الحب بعد ذلك؟

* * *

لغرفة النوم أسرار ..

وفنون .. ومهارات

تعلمها في الصفحة القادمة

(ملحق خاص جدًّا)

العلاقة الجنسية بين الزوجين

الصبر يحمد في المواقع كلها　　　إلا عليك فـــــإنه لا يحمد

لم يخلق الله الغرائز الجنسية للسطو والختل، ولا خلقها ليتعبد بعض الناس بقتلها والفراغ منها ولقد جعل الله للغريزة الجنسية متنفسا سمحا وهو الزواج، وأسال منها نبع الود، والرحمة الذي يلطف جو البيت .

وأهاب بالصالحين من عباده أن يقدروا هذه السعادة ، ويمرحوا في بحبوها ، ولا يمدوا أعينهم إلى ما وراءها. (1)

---

(1)فن الذكر والدعاء: محمد الغزالي.

جاءني يقدم رجلاً ويؤخر أخرى، مرتبك على غير عادته، أرى ضيقًا في صدره ينغص عليه حياته، ابتدرته قائلاً: ماذا بكَ، أراك مشغول البال، مشتت الذهن، قال: نعم هو كذالك، قلت محاولا التخفيف عنه: احكِ لعلي أستطيع مساعدتك. فسكت هنيهة ثم قال: أريد أن أطلق زوجتي، قالها وكأنه يفرغ حملاً ثقيلا أدمى كاهله. فقلت غير مصدق: لماذا؟؟!!!، إننا أصدقاء منذ زمن، ولم أسمعك تشتكي منها، بل على العكس، دائما ما تثني على أخلاقها، وحسن عشرتها، وطيبتها التي -على حد قولك- نادرًا ما تتوفر في نساء هذا الزمان. تنهد في ألم قائلاً: نعم ولا زلت أؤكد هذا ولكن.....، توقف برهة مطرقاً لأسفل ثم قال: ولكن المشكلة تكمن في علاقتنا الزوجية، ذهبت حرارة اللقاء، وانطفأت شمعة الحب التي كانت تلفح قلبينا بلهيبها، الدقائق التي كنا نحلم بها طوال الأسبوع، وننتظرها في لهفة أصبحت ثقيلة باردة، نقضيها وكأننا نقضي عملاً روتينيًا ثم يعطي كل منا ظهره للآخر، لم تعد تهتم بحاجتي كأول زواجنا، و..........

واستمر صديقي يحكي عن مشكلته، التي هي مشكلة كثير من الأزواج اليوم...

مشكلة غياب الرومانسية في غرفة النوم !

وفي بضع أحدكم صدقة

اعترافات وسادة..

ولو أعطينا زمام الحديث للوسائد لتحكي عما يؤرق الأزواج لقالت:

- الزوجة غير مهتمة بنفسها، تظن أنها امتلكت زوجها، نسيت زينتها، وهجرت عطرها الجميل، وكثيرًا ما تعقد محاكمات واجتماعات في غرفة النوم للزوج فتحكي له عن مشاكل الأبناء، وكيد الجارات، وغلاء أسعار الخضار والفاكهة، والزوج المسكين يستمع لها بنفاد صبر، فإذا انتهت، وأراد أن يداعبها، صده تثاؤبها، ورائحة الطعام التي تنبعث من جسدها، وتململها القاسي.

هنا خبر بعض الزوجات هداهن الله..

أما خبر الزوج فإنه...

- يعود من عمله مرهق الجسد، يأكل سريعًا ويدخل غرفة النوم ممسكاً بالجريدة فينهمك في قراءتها، فإذا غلبه النعاس نام!!!

هكذا ببساطة بدون أن يلفت نظره الفستان الفاتن الذي ارتدته الزوجة، ولا تسريحة شعرها التي قضت اليوم بأكمله في عملها، ولا العطر الذي وضعته -رغم أنه هو نفسه العطر الذي كان يثيره فيما مضى-، ينام الزوج تاركاً زوجته تبث لي شكواها، أنا الوسادة.

ولقد اتفق معظم الاستشاريين والباحثين في مجال العلاقات الزوجية على أن عدم التوافق الجنسي، هو واحد من أهم الأسباب

التي تؤدي إلى حدوث المشكلات الزوجية إن لم يكن أولها، ومما زاد الأمر خطورة حياء الكثيرين من عرض مشكلاتهم الجنسية وتركها تتفاقم.

غير أني أحببت أن أبحر معكم في هذا الموضوع الشائك، واضعًا خطوطًا أولية لتلك العلاقة مستعينًا بآراء من سبقوني في المشرق والمغرب، وأبدأ حديثي بتساؤل:

ما هو موقفنا من الجنس؟

إن الناس في نظرهم إلى العلاقة الجنسية ينقسمون إلى قسمين[1]:

القسم الأول: وهو الغالب - يرى أنها عملية بيولوجية، تتم بشكل طبيعي، ولا تحتاج لكثير كلام، فهي كالماء والغذاء لا يحتاج الإنسان إلى من يرشده إلى كيفية الحصول عليهما.

القسم الثاني: يرى أنها تعبير عن مشاعر الحب؛ لذلك يستنتجون أن نجاحها أو عدمه مرتبط بمدى صدق وقوة الإحساس بالحب.

وأنا أتفق مع من قال إنها عملية بيولوجية وإنها مرتبطة بوجود الإنسان واستمرار الحياة، وإن الإنسان منا لو ترك وحده في جزيرة معزولة بدون أن يحدثه أحد عن

الجنس مرتبط بأعمق مشاعر الإنسان وتركيبة شخصيته، لذلك وجب التعامل معه بكثير من الوعي

(1) أسرار النجاح في الجنس تأليف براين شيشر وكنتن روبنسن.

الجنس، سيدرك حتما حاجته لإشباع هـذه الغريـزة، إلا أنـي أؤمـن كـذلك أنها عملية حساسـة مرتبطـة بـأعمق مشـاعر الإنسـان وتركيبـة شخصـيته، وأرى أنه من الأهمية بمكان توعيـة الأزواج والزوجـات حتـى لا يقعـوا في أخطاء قد تؤدي إلى فشل هذه العملية، وبالتالي إلى فشل الزواج برمته.

ثمة تساؤل آخر أراه يتردد في أذهان الكثيرين، خاصة هؤلاء الذين يلفهم ثوب الحياء من الخوض في هذه المسألة وهو:

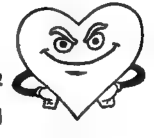
إن الأجيال السابقة كانت تحيا في سعادة وارفة، رغم أنهم لم يقرءوا كتبا عن الحياة الزوجية، أو يحضروا دورات ومحاضرات فلماذا أتينا نحن لنقول بأن الحياة الزوجية والجنسية علم يجب أن نتعلمه، أليس الأفضل ترك هذه المسألة للفطرة لتسيرها كما كان يحدث سابقا؟

وأجيب على هذا التساؤل بشقين، الشق الأول: أننا وحينما نتحدث عن العلاقة الزوجية عامة والحياة الجنسية خاصة، لسنا بدعًا من أمرنا فالثقافة الجنسية وليدة الثقافة الإسلامية، والمتأمل في كتب الفقه سيرى بوضوح أن هذه الكتب قد حوت أكثر من 100 حكم فقهي يتناول العلاقة الجنسية (الشرعية وغير الشرعية)، كذلك فإن عمليه البلوغ الجنسي يترتب عليها أحكام فقهية واجب معرفتها، هذا وللعلاقة الجنسية بين الزوجين تنظيم في شرعنا الحكيم، يقول ربنا جل وعلا عن اللقاء الجنسي: ﴿هن لباس لكم وأنتم لباس لهن﴾، ويقول رسول الله ﷺ: «لا يقعن أحدكم على امرأته كما تقع البهيمة، وليكن بينهما رسول» قيل وما الرسول يا رسول

الله؟ قال «القبلة والكلام»[1]، وعلمنا ماذا نقول قبل الجماع، بل ينصحنا بألا نتعجل في الانتهاء من حاجتنا قبل أن تنتهي هي، والمتأمل في السنة يرى منهجا شاملاً لجميع علاقات الإنسان ومنها (العلاقة الجنسية).

أما الشق الثاني: فإننا مع التطور الذي نلمسه اليوم، والسعي الدءوب من أجل لقمة العيش، والسرعة غير العادية التي تسير بها الحياة، ظهرت أمراض نفسية لم تكن موجودة في السابق، أثرت هذه الأمراض على حياتنا تأثيرًا ملحوظاً لصاحب العين الخبيرة، وكان مما طاله هذا التأثير هو علاقتنا الزوجية، والعلاقة الجنسية منها بشكل خاص، وعند الاستشاريين وإخصائيي العلاقات الزوجية، آلاف من المشاكل الحائرة التي تبحث عن حل، بخلاف آلاف أخرى حبيسة في صدور أصحابها، لم تكن موجودة من قبل لا في جيل آبائنا، أو أجدادنا.

إشراقة:



يقولون إن روبرت بيري عندما وصل إلى القطب الشمالي لأول مرة قال: (هذا المكان بارد جدًّا، بل إنه في برودة أقدام زوجتي).

* * *

إذا التقى العشاق
إمتزجت الأرواح
وتعالت الأفراح ودقت
دولة العشاق أجراسها

(1) رواه الديلمي في مسند الفردوس وهو ضعيف.

1-ما الفرق بين الرجل والمرأة في نظرتهما للجنس؟

كما تعرفنا من قبل على الاختلاف بين طبيعة المرأة النفسية وطبيعة الرجل، في نظرتها للأشياء، وطريقة حديثها، واحتياجاتها النفسية، نتجه الآن للحديث عن اختلافهما في النظر إلى الجنس **فالرجل يميز عادة بين ممارسة الجنس المحض وبين ممارسة الحب، بينما لا تفصل النساء بين الجنس والحب.**

وتؤكد الأبحاث العلمية الحديثة على وجود فروقات شديدة بين نمو المرأة ونمو الرجل على كل المستويات، فحين تتميز الفتيات منذ الطفولة، بالتعبير الشفوي والسيطرة على الحركات والمهارات اليدوية، يكون للفتيان قدرة بصرية وإدراك فضائي متفوقين.

وخلال فترة الطفولة تظهر لدى الفتيات، حساسية واضحة للأصوات، بينما يستجيب الصبيان أكثر منهن إلى الأضواء والأشكال والأبعاد.

هذا ما يفسر رد فعل كل منهم تجاه ما يرونه، فالرجال يتأثرون بقوة أمام امرأة عارية أو صورة مثيرة، بخلاف النساء اللواتي يتأثرن بشكل كبير بقصص الحب التي يسمعنها(1). ولعل هذا ما دعا رسول الهدى ﷺ أن يأمر الزوجة أن تلبي حاجة زوجها مهما كانت

(1)أسرار النجاح في الجنس.

مشغولة بقوله: «**إذا دعا الرجل زوجته لحاجته فلتأته وإن كانت على التنور**»[1]، فالمرأة لا تعلم ما الذي رآه الزوج بالخارج وجعله يأتيها طالبا الجماع، ومن يدري ما الذي قد يحدث إذا رفضت المرأة وتعللت بانشغالها؟ ونار التنور يمكن تدارك شررها أما نار الشهوة لدى الزوج فقد تذهب به مذهبا غير محمود العواقب. وهذا من روعه بيانه ﷺ.

وأدرك أيضًا -عليه الصلاة والسلام- حاجة المرأة للكلام الحلو المعسول فحث الرجل أن يشبع حاجتها فقال في الحديث الذي رواه الديلمي في مسند الفردوس: «**ثلاث من العجز في الرجل:......... والثالث أن يقارب الرجل جاريته أو زوجته فيصيبها قبل أن يحدثها ويؤانسها**». وتكلم في هذه المسألة كبار العلماء فهذا ابن القيم يقول: (ومما ينبغي تقديمه على الجماع ملاعبة المرأة وتقبيلها ومص لسانها. وكان رسول الله ﷺ يلاعب أهله، ويقبلها. وروى أبو داود: «**أنه ﷺ كان يقبل عائشة ويمص لسانها**» ويذكر عن جابر بن عبد الله قال: «**نهى رسول الله ﷺ عن المواقعة قبل المداعبة**»[2].

أيضا الزوج بمقتضى الفطرة والعادة هو الطالب لهذه الناحية والمرأة هي المطلوبة. والرجل أشد شوقًا للمرأة وأقل صبرًا عنها، على خلاف ما يشيع بعض الناس أن شهوة المرأة

الرجل يميز بين مماسة الجنس المحض وبين مماسة الحب بعكس المرأة

(1) رواه البخاري ومسلم.
(2) زاد المعاد.

أقوى من الرجل، فقد أثبت الواقع خلاف ذلك.. وهو عين ما أثبته الشرع. ففي الحديث: «أن صبر الرجل على الجماع أضعف من صبر المرأة».

2- العلاقة الجنسية ليست مقصورة فقط في الدقائق التي يقضيها الزوجان في الجماع:

فالملاعبة والملاطفة واللمسات التي يتبادلها الزوجان طوال اليوم هي من أصل العلاقة الجنسية.

وفي أيام الحيض للمرأة، أعطى الشرع الحق للزوجين في المعاشرة الزوجية الكاملة باستثناء الإيلاج، فعن عائشة رضي الله عنها قالت (كان رسول الله ﷺ يأمر إحدانا إذا كانت حائضا أن تتزر ثم يباشرها)[1]، والمراد بالمباشرة هنا كما يقول ابن الأثير: (الملامسة أي لمس بشرة الرجل بشرة المرأة. أي يستمتع بجسدها علي أي وجه غير الجماع)[2]، بل وكان ﷺ يقبل زوجاته وهو صائم كما روت عائشة رضي الله عنها.

من هنا يجب أن نفهم أن العملية الجنسية ليس المقصود بها دقائق الفراش فحسب، بل هي عملية ممتدة طوال اليوم، تصل إلى ذروتها بالمباشرة، ويجب على الزوجين ألا يغفلا المداعبة واللمسات والتواصل طوال اليوم، حتى يتم لهما تواصل جنسي ناجح.

---

(1)رواه الشيخان.

(2)النهاية لابن الأثير.

3- من يفتح الباب، ويبدأ الحديث ويبادر بمطالبه؟

يجب أن يعلم الزوجان أن المبادرة لا يحتكرها طرف دون آخر، فلا بد للزوجة أن يكون لها دور المبادرة كالزوج، ولعل ثمة اعتراض من الزوجة على كلامي؛ نظرًا لعامل الحياء الذي يغلب على طبعها، والذي يمنعها من الجهر بحاجتها الجنسية.

بيد أن للجهر ألف باب وباب ..

ولكِ خُلق الدلال والإغراء ..

وبدون ان تنطقي بكلمة ، تنالين مرادك !

نعم تستطيعين أن تكوني مبادرة بدون أن تتفوهي بكلمة، إن عطرك وكحلك وزينتك ولباسك ونظرات عينيك لها مغزى لا يخطئه الزوج اللبيب وقديما قال العرب (رب طرف أفصح من لسان) ولله در شاعرنا اللبيب إذ يقول :

وكم نظرةٍ نالتْ بطرفٍ ذابـــلٍ ما لا ينـــالُ الذابـــلُ المهزوز

كما أنه لا غضاضة في أن تطلبي ما تريدين صراحة، فهذا حق مكفول لكِ وفي الحديث أن رسول الله قال: **«هلا بكرا تلاعبها وتلاعبك»**، ولم يقل (تلاعبها واكتفى) إن كثيرا من الزوجات يجدن ميلا للمعاشرة لكنهن يقتلن تلك الرغبة بداخلهن متعللين بالخجل!!

الرجل يعشق المرأة التي تثق بحسمها وبقدرتها على إسعاد زوجها

هذا بالرغم من أن الزوج يسعد عندما تبادره

زوجته بمطلبها صراحة أو تلميحًا.

فلا تقتلي رغبتك ، ودعي الحياء فالحياء هاهنا مذموم .

4- إذا أردنا معاشرة جنسية مرضية يجب أن نبذل في سبيل ذلك بعض الجهد:

يجب أن يدرك الزوجان هذه الحقيقة جيدًا، يجب أن يبذل كل طرف جل جهده في تفهم حاجات الطرف الآخر، عليه أن يغلب أنانيته ويقدم حاجة شريكة، عليه أن يتفهم رغبات الطرف الآخر، ويقدر الجهد المبذول من كل طرف تكون المتعة.

5- خاص للزوجة ..

لا تظني أن زوجك يبحث عن مواصفات قياسية في جسمك

ولا تصدقي ما تسمعينه أو تقرأينه من أن الأزواج يبحثن دائما عن الخصر الرشيق والصدر الكبير والشعر المنسدل كالحرير، ودعيني أهمس في أذنيك بخبر سعيد. وهو أن معظم الأبحاث والاستطلاعات التي أجريت أثبتت أن الرجال وإن كن يقدرن المرأة الجميلة، إلا أنهم يبحثون دائما عن المرأة التي تثق بنفسها وتتقبل جسدها كما هو، وأن الركض وراء الجمال الجسدي هو من صفة المراهقين.

يقول الباحثان (براين شيشتر وكنتن روبنسن): في كل الأحوال من الضروري لكل إنسان امرأة كان أو رجلا، أن يتقبل شخصيته وجسده كما هما، وألا يسيطر عليه الخوف الدائم من

عدم إعجاب الآخرين أو سخريتهم ورفضهم، فقلة الثقة بالنفس هي أحد أهم العوامل التي تضعف الجاذبية الجنسية لأية شخصية[1].

على الزوجة أن تدرك أيضًا أن الأهم لدى الرجل أكثر من إغراء الملابس وانحناءات تقاطيع الجسد هو حجم الموقف العاطفي الذي تتعامل به زوجته معه فتمنحه الرضى والقبول وسعادة المحبين الأوفياء[2].

6- خاص للزوج..

خطأ كبير يقع فيه معظم الأزواج، وهو عدم تقديرهم للدقائق التي تلي العملية الجنسية مباشرة، فالمرأة لا تنتهي العملية الجنسية لديها حال الإنزال ـ كالرجل ـ بل تحتاج إلى تواصل نفسي يستمر لبعض الدقائق بعد انتهاء الاتصال الجنسي، والمشكلة أن الرجل يكون بعد العملية الجنسية مجهدًا ومنهكًا جسديا، بل إن معظم الرجال يتغشاهم سبات عميق، وهذا مما يفقد المرأة الكثير من متعتها، ويعطيها شعورًا بأن دورها قد انتهى، ولذلك وجب على الزوج أن يتحامل على نفسه ويحتضن زوجته ويمطرها بالكلام العذب الجميل، وينثر عليها باقة من القبلات المفعمة بالمودة والتي تشعرها أنه لا زال يحبها وأن هدفه لم يكن الجنس فقط.

ليكن شعاركما في غرفة النوم (لا صوت يعلو فوق صوت الحب)

(1) أسرار النجاح في الجنس.
(2) مجلة الفرحة الكويتية.

7 عقود تنشر أريجها في غرفة نومكما

وتعطلت لغة الكلام وخاطبت عيناي في لغة الهوى عيناك

1 العقد الأول ذكر الله:

كي ينصلح الحال، ويستمر الحب، وتهنأ القلوب عليكما بذكر الله. ليكن الله هو الملاذ والدليل والأنيس، قال رسول الله ﷺ: (لو أن أحدكم أتى أهله قال: اللهم جنبنا الشيطان وجنب الشيطان ما رزقتنا، فقضي بينهم ولد لم يضره شيطان أبداً). فما أحوجنا دائماً أن نكون مع الله، حتى لا يضل مركبنا في زمن قاس، وعالم متخبط.

2 العقد الثاني الصراحة:

يتفق جميع الباحثين في مجال العلاقات الأسرية والجنسية على أن الحوار هو أحد أهم ركائز العلاقة الجنسية، ولكن للأسف أغلبنا لا يتحدث بصراحة مع الطرف الآخر عن مشاعره، ومطالبه، يقول د. وليام هارتمن أحد مديري مركز الدراسات الزوجية والجنسية بكاليفورنيا: (إن الجنس هو أكثر الأشياء طبيعية، لكنا نتحدث عنه وكأنه أمر غير طبيعي، وفي بعض الأحيان لا نتحدث عنه أبدا.. ثم

يضيف تحدث مع شريكك، حتى وإن كنت تنزعج من قول ما تريده، عليك أن تواجه الموقف وتفعل وتملك زمام المبادرة) وهكذا تسقط الموانع والعقبات الزوجية شيئًا فشيئًا.

3 العقد الثالث الاحترام والتفهم:

احترام رغبة الطرف الآخر، وتفهم مطالبه، بلا سخرية أو رد لاذع، فكل منا لديه مطالبه الخاصة التي يتمنى أن يقوم الطرف الآخر بتلبيتها، والسخرية من هذه المتطلبات توجع قلب الطرف الآخر وتجعله لا يطلب شيئا في المستقبل .

أيضا يجب احترام كل من الزوجين للحالة النفسية والجسمية للآخر، فربما كان الطرف الآخر في حالة نفسية لا تسمح له بممارسة الحب، فيجب تفهم حالته وعدم تحميله فوق طاقته.

4 العقد الرابع أعطها حقها:

إذا قضى الزوج حاجته فليتمهل حتى تنتهي الزوجة من قضاء حاجتها هي الأخرى فعند أبي يعلى في مسنده أن رسول الهدى ﷺ قال: **«إذا جامع أحدكم أهله فليصدقها فإذا قضى حاجته قبل أن تقضي حاجتها فلا يعجلها حتى تقضي حاجتها»**. وينبهنا الإمام الغزالي لهذه النقطة في إحيائه فيقول: (ثم إذا قضى وطره فليتمهل على أهله حتى تقضي هي أيضًا نهمتها، فإن إنزالها ربما يتأخر، فيهيج

اتقوا الله في النساء
فإنكم أخذتموهن بأمان الله
واستحللتم فروجهن بكلمة الله
(رواه مسلم)

شهوتها، ثم القعود عنها إيذاء لها. والاختلاف في طبع الإنزال يوجب التناقر مهما كان الزوج سابقًا إلى الإنزال، والتوافق في وقت الإنزال ألذ عندها، ولا يشتغل الرجل بنفسه عنها، فإنها ربما تستحي)[1].

ومن الناحية النفسية فإن الزوجة تتأذى إذا انتهى الزوج ثم أعطاها ظهره، ولم يعبأ بها وبحاجتها، وهذه أنانية من الزوج المطالب بأن يعطي زوجته حقها كما أمره الله تعالى: (ولهنّ مثل الذي عليهنّ بالمعروف) [البقرة: 228].

5 العقد الخامس وشوشات المحبين:

تحدث مع شريكك فالحديث يزيد من الألفة، ويرفع رصيد المتعة، وما ألطف قول الله تعالى وهو يتحدث عن الزوجين: «وقد أفضى بعضكم إلى بعض» كما تؤكد د. بربارة كيسلنغ المعالجة الجنسية بكالفورنيا: (إن الكلام عامل إثارة وانجذاب أكثر من الجنس نفسه)، لذلك لاطف زوجتك، احكِ لها قصة، احفظ لها الشعر، داعبها، شاكسها، واعلم أن المعاشرة الجنسية التي تبدأ صامتة تنتهي صامتة.

وبالصمت تذبل المشاعر، ويمرض الحب، وتشيخ القلوب، ولقد أضحكني قول إحدى الزوجات لزوجها الصموت: (لا

(1)إحياء علوم الدين.

تأخذني بسرعة إلى غرفة النوم، بل حدثني أولاً عن غرفة النوم).

6 العقد السادس ليكن لقاء كل يوم كأول لقاء:

ليكن لقاء الحب والدلال والكلام الجميل، فيه مداعبة ولمسة وقبلة.. لا للشعر المنكوش والذقن غير المهذبة.. لا لرائحة العرق والبصل، لا تجعلا الفتور يقضي على أجمل اللحظات، دافعا عن حبكما ضد السأم، اجعلا كل يوم هو عيد للحب.

7 العقد السابع كن مبدعًا:

النفس البشرية تمل دائماً من التكرار ويصيبها الفتور والسأم، ولذلك تبحث عن الإبداع والتجديد، فلماذا لا نبدع نحن أيضًا في علاقتنا الزوجية، ونجدد فيها، ونغير من نمطها التقليدي المعروف.

وأقصد بالإبداع هنا التغيير، وهذا يكون بتغيير المكان، والزمان والكيفية، قال تعالى: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ﴾ [البقرة: 223]. وهذا التعبير القرآني اللطيف يراعي فطرة البشر الباحثة دائماً عن التجديد والتغيير، فهو يفتح للزوجين آفاقا أبعد من الأداء الروتيني الذي قد تمل منه نفوسهم. وفي المعجم أن كلمة (أنى) تأتي للتعبير عن الهيئة، والزمان، والمكان. وللزوجين مطلق الحرية في الابتكار ما دام لم يخالف الشرع الذي حدده سيد البشر ﷺ حينما قال لعمر بن الخطاب ﷺ: (أقبل وأدبر،

تزين لزوجتك كما تحب أن تتزين لك

واتق الحيضة، والدبر) رواه الترمذي.

تقول الدكتورة كارول كاسيل: (إن السبب الذي يجعل الناس تميل إلى التجديد والتغيير في المعاشرة الزوجية هو نفس سبب وجود 31 نوعًا من المثلجات. فحتى لو اعتقدنا أننا نفضل نكهة خاصة معينة، تبقى الحقيقة أن أفضل نكهة هي التنويع)[1].

* * *

(1) أسرار النجاح في الجنس.

- لا تتحدثا في مشاكلكم في غرفة النوم، أجلا أي نقاش قد يجلب معه مشاكل ولو بسيطة.

- لا تسخر من حديث الطرف الآخر، أو رد فعله، لتكن غرفة النوم غرفة اختبار، كل شيء ممكن وجائز وقابل للتجربة.(1)

- لا للتلفزيون، لا للهاتف النقال فهما يقتلان الحوار، ويسرقان اللحظات الجميلة، ويصبحان كالشريك الثالث في غرفة النوم.

- لا تكتمي مشاعرك، ولا تتعللي بالحياء، فالرجل لا يسعده شيء قدر شعوره بأن زوجته سعيدة معه، مستمتعة باللحظات التي تقضيها بجانبه، وقديما قال الشاعر:

هيهات لا تخفي علامات الهوى   كاد المريب بأن يقول خذوني

- لا تتردد في الحديث عن شيء يؤلمك في ممارسة الطرف الآخر، بل كن مبادرًا واسأله هل تحب أن

أكثر المشاكل المتعلقة بالجنس تنشأ من عدم المصارحة بين الزوجين

(1) هذا بالطبع داخل الأطر التي حددها الشرع والتي جاءت في الحديث الشريف (أقبل وأدبر، واتقي الحيضة والدبر).

أفعل شيئا بعينه، أو هل لا تريدني أن أقوم بعمل شيء لا تستسيغه.

- لا للمطالب المفاجأة، حاول دائما أن تمهد لما تريده ولا تفاجئ الطرف الآخر بمطلب لم يتهيأ له نفسيا.
- لا للروتين، حاول جاهدًا أن تكسر حاجز الروتين اليومي، اصطحب زوجتك للعشاء في الخارج، أحضر لها حلوى تحبها، أو عطرًا تستحسنه، أو وردة جميلة، كذلك سيدتي غيري موضع الأثاث وأضيئي الشموع وعطري المكان، واصنعي له طعامًا يحبه، تفننا في كسر كل ما هو تقليدي ومألوف.
- لا تمارس الجنس وأنت مجهد جسديًا ونفسيًا، حاول جاهدًا أن تفرغ نفسك من الهموم وحاول أن تخلع همومك ومشاغلك مع ملابسك.
- لا تتسرع في الوصول لمأربك، إن السيارة والقطار والطائرة والعدائين في مضمار السباق يبدءون انطلاقهم بشكل تصاعدي، كذلك أنت لا يكن مطلبك هو الانتهاء من الممارسة الجنسية بسرعة، لتكن هناك فترة تمهيد ومداعبة، واعلم أن البداية الصحيحة تنبئك بنهاية موفقة.

* * *

لافتات زوجية

[خير الكلام ما قل ودل]

1 اللافتة الأولى

قال رسول الله ﷺ: (إن الله تعالى كتب الغيرة على النساء) ولكن يبقى عليكِ أن تدركي جيداً معنى الغيرة فإذا كنتِ ترينها شكًا دائمًا، وثقة مفقودة، فإنكِ قد جنحت عن الصواب وتعملين على هدم سعادتك بيدك، وانظري للتعريف الجميل الذي يخبرنا به رسول الله ﷺ: (إن من الغيرة ما يحب الله، ومنها ما يبغض الله، فالغيرة التي يحب الله الغيرة في الريبة، والغيرة التي يبغض الله الغيرة في غير ريبة).

2 اللافتة الثانية:

قال رسول الله ﷺ: ألا أخبركم بنسائكم في الجنة؟ قلنا بلى يا رسول الله. قال: كل ودود ولود، إذا غضبت أو أسيء إليها أو عصت زوجها قالت: هذه يدي في يدك لا أكتحل بغمض حتى ترضى.

كوني نبع حنان وتسامح، إن زوجك يحب أن يرى حبك له، وحاجتك إليه، وسعادتك برضاه.

إن أجمل خطابات الحب تلك التي تكتبها النظرات على صفحة الأحداق

3 اللافتة الثالثة:

قال رسول الله ﷺ: لو أمرت أحدًا أن يسجد لأحد لأمرت الزوجة أن تسجد لزوجها.

زوجك هو القائد والخليل والحبيب، كلفه الله بحفظك ورعايتك وتوفير كل ما تحتاجين إليه، يضرب في الأرض بلا كلل من أجلك ويستعذب العذاب كي تنعمي، فاعملي على مكافئته بطاعتك له، واعلمي أن المنزل بالنسبة للرجل مملكة يجب أن يلعب فيها دور الأمير المطاع، والرجل يعشق أن يكون طفلاً مدللا في بيته، فكوني له أمة وزوجة وعشيقة.

4 اللافتة الرابعة:

يقول أنس بن مالك ﷺ: إنه خدم رسول الله ﷺ عشر سنوات ما لامه على شيء قط، وإذا حدثه في ذلك بعض أهله قال: «دعوه فلو كان شيء مضى لكان».. ما أقسى اللوم وما أشد وقعه على النفوس، إنه تحطيم لكبرياء الملوم، فتنجب اللوم ما استطعت، وكن سهل المعشر هينًا في حديثك، تكسب قلب من تحب، وترى الحياة بوجهها المشرق.

5 اللافتة الخامسة:

جاء شاب يستأذن النبي ﷺ في الزنا بكل جرأة وصراحة فهمّ

الصحابة أن يوقعوا به؛ فنهاهم وأدناه وقال له: «**أترضاه لأمك؟!**» قال: لا، قال رسول الله ﷺ: «**فإن الناس لا يرضونه لأمهاتهم**» قال: «**أترضاه لأختك؟!**» قال: لا، قال: «**فإن الناس لا يرضونه لأخواتهم**»، ثم وضع يده على صدره ودعا له. فكان الزنا أبغض شيء إلى ذلك الشاب فيما بعد.

الشخص منا قد يرى الخطأ على أنه صواب وهو لا يدري كنهه مخدوع ببريقه، فقد ترى الزوجة الخير في شيء معين وتصر على هذا الشيء وتدافع عنه؛ لأنها ترى أنه خير رغم أن العكس هو الصحيح، وقد يرى الزوج الخطأ ويحسبه صواب، وفي الحديث السابق منهج للتعامل مع الشخص المخطئ، بإظهار الخطأ والتعريف به وبأضراره حتى يقتنع الطرف الآخر ويرى الأمر على وجهه الصحيح.

6 اللافتة السادسة:

عن عائشة رضي الله عنها مرفوعاً: «**إن الله رفيق يحب الرفق، ويعطي على الرفق ما لا يعطي على العنف، وما لا يعطي على ما سواه**». وفي رواية أخرى: «**إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه ولا نُزِعَ من شيء إلا شانه**». فالصراخ والتشنج والعصبية لن يكون مردهما إلا إليك، ولن تستطيع إيصال معلومة أو كسب قلب شريكك.. فعند الصراخ تأخذ العقول إجازة مفتوحة.

إن الحياة بالنسبة للمؤمن خط طويل يمتد مع الزمن لا يقطعه الموت ولا يعروه الفناء..

وتدبر معي جيدا حديث رسول الله ﷺ: «**إذا أراد الله عز وجل بأهل بيت خيرا أدخل عليهم الرفق**» صحيح الجامع.

7 اللافتة السابعة:

في البخاري أن النبي ﷺ قال: «**نعم الرجل عبد الله لو كان يصلي من الليل**»، قالت: حفصة فكان بعدُ لا ينام إلا قليلا. إننا حينما نحفظ للشخص الآخر مكانته ونذكر محاسنه ونعددها يكون مهيأ لأن يتقبل النقد وينفذه كما فعل عبد الله بن عمر ﷺ، والزوجان بحاجة لتعلم هذه المهارة كي يغلب على حديثهم الاحترام والتقدير المتبادلان.

8 اللافتة الثامنة:

عن معاوية مرفوعاً أن رسول الله ﷺ قال: «**إنك إن تتبعت عورات الناس أفسدتهم أو كدت أن تفسدهم**».

الشريك المحب لا يتتبع عثرات الطرف الآخر ولا ينتظر أخطاءه فهو بهذا يدفعه دفعًا إلى المزيد من العناد في ارتكاب الأخطاء.

9 اللافتة التاسعة:

في البخاري أن استب ـ أي تشاتما ـ رجلان عند رسول الله، وأحدهما يسب صاحبه، مغضبًا، قد احمرَّ وجهه، فقال النبي ﷺ)

إني لأعلم كلمة لو قالها، لذهب عنه ما يجد، لو قال: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم). فكلنا يغضب ولكن الفطن هو الذي يملك نفسه حال غضبه، ويستعيذ من الشيطان الرجيم، والزوج أو الزوجة عليهما أن يستحضرا دائما تلك الأدوية النبوية حتى يتغلبا سريعًا على غضبهما، ومما يذهب الغضب أيضًا كما علمنا رسول الله ﷺ الوضوء فانه يهدئ النفس ويطرد الشيطان.

10 اللافتة العاشرة:

عن عائشة رضي الله عنها قالت: والله ما ضرب رسول الله بيده امرأة قط، ولا خادمًا له قط ولا ضرب بيده شيئًا قط، إلا أن يجاهد في سبيل الله، ولا خير بين أمرين إلا اختار أيسرهما، ما لم يكن إثمًا، وإن كان إثماً كان أبعد الناس، ووالله ما انتقم لنفسه من شيء قط يؤتى إليه، حتى ينتهك من حرمات الله، فينتقم لله. رواه مسلم.

11 اللافتة الحادية عشرة:

يقول علي بن أبي طالب ﷺ لا تهيجوا النساء بأذى، وإن سببن أعراضكم، وشتمن أمراءكم، فإنهن ضعيفات القوى والأنفس والعقول، وإن كنا لنؤمر بالكف عنهن، وإنهن لمشركات، وإن كان الرجل ليتناول المرأة في الجاهلية بالقتل أو الهراوة، فيعير بها وعقبه من بعده.

لا تصفق الباب خلفك
فقد تضطر للعودة منه

12 اللافتة الثانية عشرة:

كان رسول الله ﷺ زوجًا متعاونًا، فقد كان يخيط ثوبه، ويخصف نعله، ويحلب الشاة، فعن عائشة رضي الله عنها أنها قالت تصف حال النبي في بيته (كان بشرًا من البشر يفلي (ينقي) ثوبه، ويحلب شاته، ويخدم نفسه)[1]، وقال في حديث آخر: (كان يكون في مهنة أهله ـ تعني خدمة أهله ـ فإذا حضرت الصلاة خرج إلى الصلاة)[2].

13 اللافتة الثالثة عشرة

روي أن رجلاً جاء إلى عمر بن الخطاب ﷺ يشكو سوء خلق زوجته، فوقف على بابه ينتظر خروجه، فسمع امرأة عمر تستطيل عليه بلسانها وتخاصمه، وعمر ساكت لا يرد عليها، فانصرف الرجل راجعاً، وقال: إن كان هذا حال عمر مع شدته وصلابته وهو أمير المؤمنين، فكيف حالي؟

وخرج عمر فرآه مولياً عن بابه فناداه وقال: ما حاجتك أيها الرجل؟ فقال: يا أمير المؤمنين، جئت أشكو إليك سوء خلق امرأتي واستطالتها علي، فسمعت زوجتك كذلك فرجعت وقلت إذا كان هذا حال أمير المؤمنين مع زوجته، فكيف حالي؟ فقال

---

(1) رواه أحمد وصححه الألباني.

(2) رواه البخاري.

عمر: يا أخي.. إني أحتملها لحقوق لها عليّ إنها لطباخة لطعامي، خبازة لخبزي، غسالة لثيابي، مرضعة لولدي، ويسكن قلبي بها عن الحرام، فأنا أحتملها لذلك.

فقال الرجل: يا أمير المؤمنين.. وكذلك زوجتي، قال عمر: فاحتملها يا أخي، فإنما هي مدة يسيرة».

* * *

رب كلمة هدمت بيتا
وشردت أسر..
ورب كلمة أقامت للحب صرحا
وللعشق دولة

(بوح السطور)

كلمات من ثنايا الكتاب

• عندما يكون كل طرف قادرًا على احترام وجهة نظر الطرف الآخر يكون المناخ مهيأ لمزيد من الحب والسعادة.

• إن تقديم النصائح دائماً للزوج بطريقة لا يراعى فيها قوامته، ولا رجولته يعد تصريحًا من الزوجة بأنها لا تثق بزوجها ولا بقدرته على تحريك سفينة حياتهما في الاتجاه الصحيح.

• إن المرأة بطبيعتها تحتاج دائمًا لمن يستمع إليها؛ لأن الإنصات يشعرها بالراحة والطمأنينة وأنها محبوبة.

• الرجل لا يسعده شيء كشعوره بأن هناك من يرغب فيه ولا يستطيع العيش بدونه، والمرأة بهجتها أن تشعر بأنها كريمة في بيتها وأن زوجها يحترمها ويقدر ما تقوم به.

• لا أعتقد أن هناك عبارة تستطيع أن تؤلم الزوج وترديه كعبارة (أنا لا أحتاجك في شيء، إنني أستطيع العيش بدونك) حين تلقيها زوجته على مسامعه في تحدٍّ.

* (اسمعني أرجوك.. أعطني بعضاً من وقتك.. أحتاج لإصغائك يا زوجي) تستطيع أن تقرأها بوضوح على جبين كل امرأة حزينة وغير سعيدة في علاقتها الزوجية.

• النزاع الطويل يعني أن كلا الطرفين على خطأ.

• إن الزوج يعيش أسير سحر الزوجة التي يشعر معها برجولته، والتي تداعب فيه كوامن الرجولة والقيادة.

• الزوجة التي تشعر بأن زوجها يكرمها ويحترم إنسانيتها وشخصيتها تكون متحفزة دائما للبذل والعطاء في سبيل إسعاد زوجها.

• قال ﷺ: (يا عائشة ارفقي، فإن الله إذا أراد بأهل بيت خيراً أدخل عليهم الرفق).

• كما أن الحوار هو العامل الأهم في تفعيل وتنشيط حياتنا الزوجية، فإن الجدال والمناقشات الحادة هي المحرك الأساسي للمشاكل الزوجية.

• احذر أن يكون لديك معيار تقيس به الأمور مع شريكك ومقياس آخر أرقى عند قياسك لنفسك.

• النقد الصادق ليس كشفاً عن المعايب بل كشف عن مساحات الخير والجمال في نفس الشخص المنقود.

• إذا وقع شريكك في خطأ فاستفسر منه وأحسن الظن به.

• كل كلمة سيئة نقولها لها في المقابل كلمة حسنة تؤدي نفس المعنى.

• حاول أن تنظر للأمور من وجه نظر الطرف الآخر، وحاول جاهدًا أن تتفهم وجهة نظره.

الذين يعيشون على أعصابهم غالبا ما يعيشون على أعصاب الآخرين أيضًا.

• الزواج كالكائن الحي، يعيش برئتين وهما (الحب، والرحمة) فإذا عطبت إحداهما بقيت الأخرى قائمة بدورها في ضخ الهواء.

• الزوج الذي يدعي حب زوجته دون أن يشعرها بثقته فيها، واحترامه لها، ليس صادقاً فيما يقول، فالاحترام والثقة هما الهواء النقي الذي يتنفسه الحب، ومن دونهما يذبل ويموت.

• قال رسول الهدى ﷺ: (أكمل المؤمنين إيماناً، أحسنهم خلقاً، وخياركم خياركم لنسائهم) صدق رسول الله ﷺ.

• المال وإن كان لا يستطيع أن يخلق السعادة في القلوب التعيسة فإنه يستطيع أن يدعم من يريد أن يكون سعيداً.

• حينما نكون فقراء فإننا -غالبا- ما نجعل فقرنا وحاجتنا المادية هي السبب الأول لكل ما يواجهنا من مشاكل، وبمجرد أن نصبح أغنياء ينكشف لنا أن هذا لم يكن سوى تعليل غير صحيح لمشاكلنا وأرقنا.

• اصبر على مصائب الحياة، ولا تتفطر حياتك هلعا، واعلم أن رسول الهدى ﷺ قال في الحديث الصحيح: (ما يصيب المسلم من هم ولا غم ولا نصب ولا وصب ـ حتى الشوكة يشاكها ـ إلا كفر الله بها من خطاياه).

• رسول الهدى ﷺ وهو المتزوج من إحدى عشر زوجة يساعد زوجاته (المتفرغات)، ورجل اليوم المتزوج من واحدة لا يساعد زوجته (العاملة)!!

ليكن شعارك ..

اقرأ .. تدبر ..

اعمل

الخاتمة

﴿رَبَّنَا لا تؤاخذْنَا إنْ نَسينَا أو أَخطَانا﴾ [البقرة: 286]

الحمد لله على جزيل فضله، والشكر له على نعمائه.

إخوتي وأخواتي..

هنا نضع رحالنا بعد رحلة أردتها ممتعة، أسأل الله أن يحقق مرادي ويجزيكم على أوقاتكم التي قضيتموها معي خيرا..

وهذا الكتاب جهد بشري لا أدعي فيه العصمة وكيف يدعي العصمة من خلق ضعيفًا.. وظلومًا جهولاً، لكن حسبي أني تحريت الصواب مستحضرًا ثواب المجتهد معترفا بأن العصمة لله ورسوله، ولسان حالي يلهج مع الشاعر..

على المرء أن يسعى إلى المجد جهده
وليس عليه أن تتم المقاصدُ

ولقد كان سعيي وجهدي يدور حول إجابة سؤال هام ورئيسي وهو: كيف نجعل بيوتنا سعيدة؟ ربما أكون قد وفقت في إتمام مقصدي وربما طاش سهمي، بيد أني رجاع إلى الحق بإذن الله، وما كان من خطأ أستغفر الله عليه، أما التوفيق فهو من عند الله فله الشكر دائما وابدأ، وأقول لكم كما قال العالم الفقيه (أبو حنيفة) رحمه الله: قولنا هذا هو غاية ما توصلنا إليه في هذا الأمر، فمن جاءنا بأفضل منه كان أولى بالاتباع.

وإني لأسعد أخي القارئ، أختي القارئة، بتواصلكم الجاد من أجل استفادة أكبر لي ولكم فأهلا بملاحظاتكم وآرائكم ونقدكم وتشجيعكم.. والمؤمن ضعيف بنفسه قوي بإخوانه.

أخوكم (أبو مهند)

كريم الشاذلي

Karim1924@hotmail.com

تمت بحمد الله

اللهم آتنا
في الدنيا حسنة
وفي الآخرة حسنة
وقنا عذاب النار

قال تعالى: ﴿وَلاَ تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ﴾ [الأعراف: 85]..

لم أكن لأكتب رأيًا أو أؤلف كتابًا أو أتبنى منهجًا إلا بخبرة كونتها من قراءتين قراءة لكتاب الحياة بأحداثه الذاخرة العديدة وقراءة لكتب من سبقوني في الشرق والغرب مسلمين وغير مسلمين.. وهذه لحظة عتراف بالفضل وقائمة بأهم الكتب التي استفدت منها في بحثي هذا..

المراجع العربية

1-في ظلال القرآن، سيد قطب

2- فقه السنة، سيد سابق

3- صناعة الحياة، محمد أحمد الراشد

4- اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان، محمد فؤاد عبد الباقي

5- تهذيب مدارج السالكين لابن القيم، هذبه: عبد المنعم صالح العلي العزى

6- مجلة الفرحة الكويتية.. أعداد منوعة

7- متعة الحديث، عبد الله بن محمد الداوود

8- هكذا علمتني الحياة ، مصطفى السباعي

9- لا تحزن، عائض القرني

10- قطوف من الشمائل المحمدية، محمد بن جميل زينو

11- قرع على بوابة المجد، كريم الشاذلي

12- إحياء علوم الدين، أبي حامد الغزالي

13- فتاوى معاصرة، د. يوسف القرضاوي

14- فقه السيرة، محمد الغزالي
15- قضايا المرأة بين التقاليد الراكدة والوافدة، محمد الغزالي
16- فن الذكر والدعاء عند خاتم الأنبياء، محمد الغزالي
17- تراجم سيدات بيت النبوة، عائشة عبد الرحمن (بنت الشاطئ)
18- تحفة العروس، محمود مهدي الإسلامبولي
19- الرحيق المختوم، صفي الرحمن المبارك فوري
20- زوجات النبي في واقعنا المعاصر، جاسم محمد المطوع
21 - المشاكل الزوجية فوائدها وفن احتوائها، جاسم المطوع
22 - أصدقاء على الورق، عبد الوهاب مطاوع
23 - أعط الصباح فرصة، عبد الوهاب مطاوع

المراجع الغربية

24- كيف تؤثر في الآخرين وتكسب الأصدقاء، ديل كارنجي
25- لا تهتم بصغائر الأمور فكل الأمور صغائر، ريتشارد كارلسون
26- الرجال من المريخ والنساء من الزهرة، جون جراي
27- إذا كان الحب لعبة فهذه قوانينها، شاري كارتمر سكوت
28- العادات السبع للناس الأكثر فعالية، ستيفن كوفي
29- أسرار النجاح في الجنس، براين شيشر وكنتن روبنسن مع محرري كتب (صحة الرجل)
30- دليل صحة الأسرة، من إصدار كلية طب هارفارد
31- ادفعي زوجك إلى النجاح، دوروثي كارنيجي

اللهم ارزقنا حبك
وحب من يحبك
وحب كل عمل
يقربنا إلى حبك

مادة مسموعة:

32- لماذا تتصدع البيوت؟، د / عبد الكريم بكار

33- فهم النفسيات بين الزوجين، جاسم المطوع

34- 40 نصيحة لإصلاح البيوت، الشيخ / محمد المنجد

برامج إلكترونية و CD

35- موسوعة الحديث النبوي الشريف (الصحاح والسنن والمسانيد).

36- مكتبة الألباني الإلكترونية (الإصدار الأول).

37- برنامج المحدث (الإصدار8,55) مؤسسة (MADRASA Inc) واشنطن/ أمريكا

برامج تليفزيونية

38- برنامج (الهمس جهرًا - حلقة عن الثقافة الجنسية أعده وقدمها أ د. صالح البارود) قناة الكويت الفضائية.

وأخرى أدرجتها في هامش الكتاب..

* * *

صدر للمؤلف

1- إلى حبيبين

(كيف تسيطر على حياتك العاطفية وتسعد شريك عمرك)

2- الآن أنت أب

(متعة التربية)

3- قرع على بوابة المجد

(250 حكمة تساعدك في بناء حياتك واتساع مداركك وشحذ همتك) .

4- الشخصية الساحرة

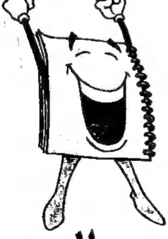
(كيف تترك أثرا طيبا .. وتستحوذ على قلوب مستمعيك).

* * *

وبكل الحب

نلقاكم في كتاب آخر

«الحكمة طائر والقلم صياد»

إذا أعجبتـــك عبـــارة أو فكـــرة ... أو أحببـــت أن تضـــيف رأيًـــا أو ملاحظـــة فاكتبها وعد إليها فيما بعد....

حصاد القلم